மங்கையர் மலர்

டிசம்பர் 84 ரூ2




அக்ஷயா.
அலுமினியம் அடிப்பாகம் கொண்ட
ஒரே எவர்சில்வர் சமையல் பாத்திரங்கள்.
akshaya
பிரமிப்பூட்டும் நவீன சமையல சாதன
சமைக்கவும்... பரிமாறவ
ஓரியண்டல் அப்ளையன்ஸஸ் பிரைவேட் லி

1,00,00,000

கோடிக்கு மேற்பட்ட வாசகர்களின் விருப்பம்

ஆங்கிலத்தில் பேசிப் பழகிடவே
சிறந்த ஒரு கோர்ஸ்
ரேபிடெக்ஸ் இங்கிலீஷ் ஸ்பீக்கிங் கோர்ஸ்

ஸேல்ஸ்மேன், வியாபாரி
மானேஜர், நுமாஸ்நா
ஒர்க்கிங் கர்ல், இல்லத்தரசி
யாவருமே முன்னேற
எது நல்ல கோர்ஸ் ?
ரேபிடெக்ஸ் இங்கிலீஷ் ஸ்பீக்கிங் கோர்ஸ்





It's really a good book to learn spoken English

—Kapil Dev

கான்வென்டில் படித்த மாணவர் போல தடதட வென்று சரளமாக ஆங்கிலத்தில் பேசக் கற்பிக்கும் புத்தகம். பாரதமெங்கும் பல்வேறு மாநில மக்கள் விரும்பி வரவேற்கும் அருமையான புத்தகம்.

10 மொழிகளில் வெளி யிடப்பட்டது.

பெரிய அளவில்
400 க்கும்
அதிகமான பக்கங்கள்.
விலை: ரூ. 24/-
தபால் செலவு ரூ. 4/-

கிடைக்குமிடம் : ஏ.எச். வீலர், ஹிக்கின்பாதம்ஸ், ரெயில்வே புக்ஸ்டால்கள் மற்றும் பாரதமெங்குமுள்ள பெரிய புத்தகக் கடைகள். வி.பி.பி. மூலம் பெற தொடர்பு கொள்ளுங்கள் :

PUSTAK MAHAL Khari Baoli Delhi-110006

New Show Room
10 B. Netaji Subhash Marg, New Delhi 110002

பெண்ணரசி இந்திரா

எல்லோரும் எவ்வளவோ சொல்லிவிட்டார்கள்!

பிறந்த கதை:

வளர்ந்த விதம்:

குடும்பத்தலைவியாக, படிப்படியாக வளர்ந்த அரசியல் வாதியாக, பிரதம மந்திரியாக, உலகத் தலைவியாக...

இந்தப் பெண்மணிக்கு எத்தனை முகங்கள்! சொல்லிச் சொல்லி மாளவில்லை.

இவரைப் போலப் புகழ் பெற்றவர்களும் இல்லை: இகழ்ச்சியைப் பெற்றவர்களும் கூடத்தான் இல்லை!

எவ்வளவு பேர், எவ்வளவு தூரம் வசை பாடி இருக்கிறார்கள்!

அத்தனையையும் மிஞ்சிக் கொண்டு 'நான் போகும் பாதை சரிதான்: தூற்றுவார் தூற்றட்டும் — போற்றுவார் போற்றட்டும்' எனக் கடமையே கண்ணாகி வாழ்ந்த அந்த உத்தமமான உயிர் காலை மலராக உதிர்ந்து வாடி மண்ணில் வீழ்ந்து விட்டது.

இந்த நாட்டுக்காக, நாட்டின் ஒற்றுமைக்காக ஒரு பெண்மணி இந்த மண்ணில் குருதி சிந்திவிட்டாள்.

'பெண்மையை நாங்கள் போற்றுகிறோம்.

மலையைப் பெண்ணாக்கி, நதியைப் பெண்ணாக்கி, இயற்கையைப் பெண்ணாக்கி, பெண்ணைத் தெய்வமாக்கி வாழும் உயர்ந்த கலாசாரம் எங்களுடையது' என்று தலை நிமிர்ந்து வாழ்ந்த ஒவ்வொரு இந்தியனும்—

இன்று தலைகவிழ்ந்து நிற்கிறான்.

நாட்டுக்காக ஒரு நாளில் பத்தொன்பது மணி நேரங்கள் உழைத்த ஒரு பெண்ணைக் குருதிக் காடாக்கி, குதறி எடுத்து விட்டோம்.

அதிலும் கூட அந்தப் பெண்மை சரித்திரத்தைத்தான் படைத்திருக்கிறது.

இதுவரை எந்த நாட்டிலும், எந்தத் தலைவரும் ஒரு கயவனால் தான் சுடப்பட்டிருப்பார்.

இந்தப் பூமேனியைத் துளைக்க ஒருகுண்டு போதாது: பதினாறு குண்டுகள்! அதை வழங்க ஒருவன் பத்தவில்லை. இரண்டு விலங்கினங்கள்.

என்ன பெண்மை! என்ன கம்பீரம்! இதை வீழ்த்த தன் ஒருவனால் முடியாது என்று ஒவ்வொருவனும் நினைத்துவிட்டான் போலிருக்கிறது.

அந்த மாதரசியுடன் ஆத்மார்த்தமாகப் பழகிய பலரைச் சந்தித்தேன். ஒவ்வொரு பெண்ணும் தன் தோழி இறந்து விட்டாள் என்றுதான் துக்கிக்கிறாள். 'அவருக்காக நான் ஒரு வருஷம் இனிப்பைத் தொடப்போவதில்லை. பண்டிகை செய்யப் போவதில்லை' என்று கண்ணீர் மல்கச் சொல்பவர்கள் பலர்.

''குஜராத்திற்குப் போயிருந்தப்ப பத்துப் புடவையைப் பார்த்தாங்க. அதுல ஒரு புடவை ரொம்பப் புடிச்சிருக்குன்னு எடுத்துண்டாங்களாம். அத எடுத்து வச்சுண்டு பாத்துப் பாத்துச் சந்தோஷப்பட்டாங்களாம். அவ்வளவு ஆசையா வாங்கின புடவைய கட்டிக்கவே இல்லேன்னு அந்த மகிளாமண்டல் தலைவி சொல்லி கண்ணுல ஜலம் விடறா...''

பெரிய உலகத் தலைவிக்குள் மலர்ந்திருந்த பெண்மையின் தரிசனம் இது!

கூட்டுசேரா நாடுகளின் மாநாடு நடத்தி, உலகிலே அமைதி நிலவப் பாடுபட்டவர், தான் பிறந்த நாடு உலகிலே தலைநிமிர்ந்து நிற்க வேண்டுமென்பதற்காக விஞ்ஞானரீதியாகப் பாடுபட்டவர்... இன்னும் எத்தனை இல்லை சொல்வதற்கு...

விண்வெளிக்கு • இந்தியனை அனுப்பி உலகை வியக்கச் செய்தவர்!

பசுமைப் புரட்சிக்குப் பாடுபட்டவர்!

துருவப் பயணங்களை மேற்கொள்ளச் செய்தவர்!

ஆசியா—82 நடத்தி உலகில் கௌரவத்தைப் பெற்றவர்!

மஞ்சுளா ரமேஷ்





இந்த ஆடம்பரமெல்லாம் தேவைதானு என்ற கூக்குரல்களையும் லட்சியம் செய்ய வில்லை. எங்கள் நாடு கௌரவமான நாடு. வெறும் பாம்பாட்டி தேசமல்ல; பஞ்சம் பட்டினியால் சாகும் நாடல்ல என உலகிற்கு எடுத்துக் காட்டியவர்...

நூற்றுக்கணக்கான கூட்டு சேரா நாடுகளை இணைத்து அமைதியாக வாழ வேண்டும் என வல்லரசுகளுக்கே போதித்து உலகின் தலை வர்கள் வரிசையில் இடம் பெற்ற மாபெரும் பெண்மணி—

வேறு எங்கு கிடைப்பார்?

உலகின் வேறு எந்தப் பெண் இவ்வளவு தூரம் உயர்ந்தார்? இவருக்குப் பிறகே. இவரைப் பார்த்தே அரசியலில் பெண்கள் நுழையலாம் போலிருக்கு என இரண்டாம் படியில் நிற்கிறார்கள் மற்ற தேசத்துப் பெண்மணிகள்.

ஆனல் நம் பிரியதர்சினியோ பெண்களுக் கெல்லாம், ஆதர்சமாக, 'ஒரு பெண் எவ்வளவு அதிகபட்சம் உயரலாம் தெரி யுமா' என இமயமாக உயர்ந்தார். இன்று இமயத்திலே ஐக்கியமாகி விட்டார்!

அவருக்குத் தான் நாம் பரிசு கொடுத்து விட்டோமே, குண்டு மழை பொழிந்து...

டெல்லிவாழ் சமூக சேவகியும், தனது தோழியுமான பெண்மணி ஒருத்தியிடம் சொன்னராம்.

''எனக்குப் பரிசாக வந்த பொருட்களை யெல்லாம் பேக்கிங் கூடப் பிரிக்காமல் அப்படியே ஒரு ரூம் நிறைய வைத்திருக் கிறேன். ஒரிஸாவுக்குப் போயிட்டு வந்த பிறகு ஒருநாள் நாம இரண்டு பேருமா பிரிக்கலாம். நீ அதையெல்லாம் உன் மகிளாமண்டலிக்கு உபயோகப்படுத்திக் கொள்'' என்ருராம்.

''நான் அதையெல்லாம் விற்றுப் பிரதம மந்திரி நிவாரண நிதியில் சேர்க்கிறேனே'' என்ருராம் அந்தப் பெண்மணி.

''நோநோ. அவையெல்லாம் என்னுடைய பர்சனல் கிஃப்ட்ஸ். அதை நிதியில் சேர்க்க வேண்டாம். உன் சமூக சேவை நிறுவனத் துக்குப் பயன்படுத்திக் கொள்.''

என்ருராம். தனக்கு வந்த பரிசுகளைக்கூட சமூக சேவைக்காக அர்ப்பணிக்க விரும்பும் சேவையுள்ளம்.

''நானும் காலையில எழுந்திருக்கிறேன். வேலையெல்லாம் முடிச்சுண்டு ஆபீஸ் போறேன், வர்றேன். ஆனு மனசுல இனம் புரியாத சோகம். ஒரு 'மாரல் சப்போர்ட்' இல்லாம போயிட்டா மாதிரி. எங்கேயோ கண்காணுத தேசத்துல விழிக்கிற மாதிரி. அந்தச் சோகத்தைத் தாண்டி ஒரு காரியத் தையும் பண்ண முடியலே''.

என்கிருர் ஒரு பெண்மணி வறண்ட புன்னகையுடன்.

''ராத்திரி 'திடுக்'னு முழிப்பு வர்றது. 'இந்திரா நம்மோட இப்போ இல்லே' அப்படீன்னு நினைப்பு வர்றப்ப, நிஜம்மா சொல்றேன் 'கப்'னு ஒரு பயம் கவ்விக்கறது.





இனி எப்படி நாமெல்லாம் இருக்கப் போறோம். அவ இல்லாமப் போயிட்டா.

சின்னப் பொண்ணு அப்பாவோட வந்த நாள்லேர்ந்து தெரியும். என்ன ஃப்ரெண்ட்லியா சிரிப்பா. தனக்கு ஆரத்தி எடுக்கவந்த பொண்ணு கால்ல செருப்பு போட்டின்டிருந்தாலும் கண்டிச்சா. சின்னச் சின்ன விஷயங்கள்ள கூட அவ்வளவு ஈடுபாடு...''

சொல்லும்போதே கண்ணாடியைக்கழற்றிக் கண்களைத் துடைத்துக் கொள்கிறார் அந்த வயதான பெண்மணி.

ஒரு பிரபல பெண்மணி. ''அவருடைய நடைமுறை பாவனையில் ஒரு தேர்ந்த நடனப் பெண்மணியின் லாகவத்தைப் பார்த்து ஆச்சர்யப்பட்டிருக்கிறேன். எந்தச் சமயத்திலும் அவர் தன்னுடைய அந்த லாகவத்தை மறந்ததில்லை...''

என்கிறார்.

ஆக.

தலைவர்கள் பார்வையில் ஆச்சர்யமான தலைவியாக. அரசியல்வாதிகள் பார்வையில் தேர்ந்த ராஜதந்திரியாக, ஏழைகளின் நோக்கில் ஏழைப் பங்காளியாக, பெண்களின் பார்வையில் சிறந்த தோழியாக.

இந்தப் பெண்மணி தான் எத்தனை அழகாக வாழ்ந்து விட்டார். எல்லாத் துறையில் ஒரு வழிகாட்டியாக பாதையை அமைத்துச் சென்று விட்டார்.

இனி.

பெண்களின் வாழ்க்கையில் மறக்க முடியாத ஒரு சகாப்தம் திருமதி இந்திராகாந்தி.

வீட்டின் சிறந்த இல்லத்தரசியாக, நாட்டின் உயர்ந்த தலைவியாக, உலகின் ஒப்புயர் வற்ற தலைவியாக வீறு கொண்டு விளங்க...

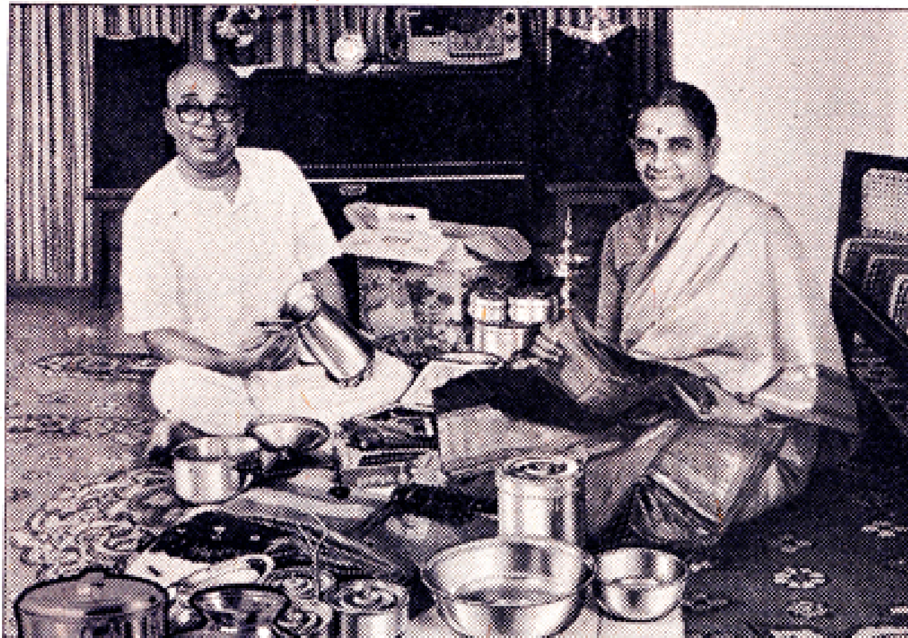
இந்தப் பாரத மண்ணில் தான் அப்படியொரு பிறவி திகழ முடியும்!

இனியொருமுறை அப்படிப்பட்ட பிறப்புத் தோன்றுமா?

மீண்டும் குனிந்த இந்தியனின் தலை நிமிருமா?



சுவை, மணம் நிறைந்த காபி எது?
ஜீவனுள்ள காபி எது?
நவீன முறையில் தயாராகும் காபி எது?
தமிழ் நாட்டின் தலை சிறந்த காபி எது?
என்ற விவரங்களை கம்ப்யூட்டர்லே
அலசச் சொன்னேனே, என்ன பதில் கிடைச்சது?
பதில் இதுதான் சார்!
நரசுஸ் காபி...
ஜீவனுள்ள ஒரே காபி!
நரசுஸ் காபி
தெர்மலோ முறை காபி!
ADWAVE:NCC:2597
நரசுஸ் காபி கம்பெனி சேலம் 636 007. கிளைகள்: தமிழ்நாடெங்கும்.





சேலம் எவர்சில்வரில் தயாரிக்கப்பட்ட பாத்திரங்கள் எல்லா பிரபலமான பாத்திரக்கடைகளிலும் கிடைக்கும்.

"வீட்டில் கல்யாணம் என்றாலே எங்களுக்கு ஏகக்குஷி! எங்கள் மூன்றாவது பெண்ணிற்கு கல்யாணம் நிச்சயமாகியிருக்கிறது. கடைக்குட்டியான அவளுக்கு வீட்டில் ஏகச் செல்லம். வளர்ப்பதற்கு நாய்க்குட்டியானாலும், சொந்த வீணையானாலும், பரத நாட்டிய அரங்கேற்றமானாலும் அவள் கேட்டதெல்லாம் கிடைக்கும். அவள் கல்யாணத்திற்கு நாங்கள் ஏற்கெனவே சீர் வாங்கத் தொடங்கி விட்டோம்.

காஞ்சிபுரத்திலிருந்தே ஸ்பெஷலாக செய்த கூறைப் புடவை. லேட்டஸ்ட் பாஷனில் தங்க, வைர நகைகள். சௌகரியமாக குடித்தனம் நடத்துவதற்குத் தேவையான பிரஷர் குக்கர், மிக்ஸி, காஸ் ஸ்டவ்... எல்லாமே ரெடி!

இதையெல்லாம் பொறுக்கியெடுக்க கடை கடையாக ஏறி அலைந்தாலும், எவர்சில்வர் பாத்திரங்கள் வாங்கும்போது எதை வாங்கலாம் என்பதில் எங்களுக்கு ஒரு சந்தேகமும் இல்லை. வேறென்ன? சேலம் எவர்சில்வரில் செய்த பாத்திரங்கள்தான்! அந்த காலத்தில் எங்கள் கல்யாணத்திற்கு எங்களுக்குக் கிடைத்த பாத்திரங்களைப் போலவே நல்ல தரமானவை.

கரும்புள்ளிகளோ, கறையோ பிடிக்காது. வருடக்கணக்கில் உபயோகித்தாலும் பளபளப்பு போகாது. எங்கள் அருமை மகளுக்கு சீர் செய்வதில் குறை வைப்போமா!"

ஸ்டீல் அத்தாரிட்டி ஆஃப் இந்தியா லிமிடெட்.

ஒரு இந்திய அரசு நிறுவனம்

சேலம் உருக்காலை.

சேலம் 636 013 தமிழ்நாடு

சேலம் எவர்சில்வர். நம்பிக்கைக்குப் பாத்திரமான பாத்திரங்கள்.

Sista's-SSP. 225.84 TMB

நினைத்தால் இப்போதெல்லாம் நமக்குத் தலைவலி வருகிறது: வயிற்று வலி வருகிறது: கால் வீங்கிக் கொள்கிறது: மலம் நீராக ஊற்றுகிறது.

இவற்றிற்கெல்லாம் என்ன காரணம் என்று தெரியாமல் டாக்டர்களிடம் ஓடுகிறோம். உண்மைக் காரணம் நாம் உண்ணும் உணவுதான். உணவை எப்படி உண்பது என்று அறியாதிருப்பதுதான். எதை எதை உண்ணக் கூடாது என்று கூட நாம் தெரிந்து கொள்ளவில்லை.

- அழுகின பொருட்களை உண்ணக்கூடாது. அரைகுறையாக வெந்த தானியங்களை உண்ணக் கூடாது. அதேபோல முழுமையாகவெந்து கூழாகிவிட்ட காய்கனிகளையும் உண்ணக்கூடாது.



எப்போது என்ன சாப்பிடவேண்டும்!

- புளித்துக் காடியாகிப் போன பொருட்களை உண்ணக் கூடாது: அதேபோல புளிக்கவே புளிக்காத பண்டங்களையும் உண்ணக் கூடாது. முக்கியமாக இன்று உறைக்குத்திய பாலைத் தயிராக நினைத்து இன்றே உண்ணக் கூடாது. 'ஈஸ்ட்' தோன்றாதே இருந்த பாலே அது; தயிர் அல்ல.
- தயிரைத் தயிராக உண்ண ஒரு பருவம் இருக்கிறது. முப்பது வயதுக்கு மேல் நிறைய பமோரே சாப்பிட வேண்டும். தயிரைச் சாப்பிடுவதானால் அதை ரசம், குழம்பு, சாதங்கள் சாப்பிட்டபின் கடைசியாக உண்ணக் கூடாது. தயிரைக் காலையில் தான் உண்ண வேண்டும். காலையில் வெறும் தயிரில் லேசாக உப்பு சேர்த்து ஸ்பூனால் எடுத்து விழுங்கலாம். இட்லியில் தோய்த்து உண்ணலாம். ரொட்டியை உதிர்த்துப் போட்டும் உண்ணலாம். ரொட்டியைப் போட்டுக் கொண்டால் உப்புத் தேவையில்லை. ஒரு ஸ்பூன் தேன் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். உண்மையில் இதுதான் சிறந்த காலை உணவு.
- காலையில் முழுச் சாப்பாடு சாப்பிடக் கூடாது. அப்போது ஆவியில் அவித்த அல்லது அதிகம் எண்ணெய் சேராத இட்லி, தோசை, ரொட்டி, சப்பாத்தி, நீர்க் கொழுக்கட்டை, ஆகியவைகளை உண்ணலாம்.
- சமையலில் எண்ணெயின் பங்கு மிகக் குறைவாக இருக்க வேண்டும். எண்ணெயில் பொரித்த பொருள்களைக் குறைவாகவே உண்ணலாம். அதிலும் முற்றிலுமாக எண்ணெய் வடிந்திருக்க வேண்டும். வடை, பஜ்ஜி முதலிய எண்ணெய்ப் பொருளைக் காலையில் உண்ணக் கூடாது.
- உண்ணும் உணவில், மிளகாய் (சிவப்பு) அறவே இருக்கக் கூடாது. அவசியமானால், வேறு வழியில்லாவிட்டால் சில பச்சை மிளகாய்களைச் சேர்த்துக் கொள்ளலாம், காரம் தேவை என்றால் மிளகைத்தான் பயன்படுத்த வேண்டும். உணவில் மிளகு அதிகம் சேரவேண்டும். வடை; போண்டாக்களில் கட்டாயம் மிளகு இருக்க வேண்டும். இஞ்சியும் மிளகும் சேர்ந்த அரிசிப் பொங்கல் மிகச் சிறந்த உணவு. முழுமையான சத்துள்ள உணவு. அதில் உடலின் எதிரிகளே இல்லை.
- சிவப்பு மிளகாய் சேர்த்த ஊறுகாய்களைத் தொடக் கூடாது. ஊறுகாய்களுக்கு இந்தச் சிவப்பு மிளகாய் தேவையே இல்லை. மாவடு; நாரத்தை, எலுமிச்சை சேர்ந்த மாங்காய் இஞ்சி, அரைவாசி வெந்து உப்பும் மிளகுத் தூளுமிட்ட எலுமிச்சங்காய், சிறிது மாங்காய், இவைகளே போதும். கோங்கூரா, கார கிடாரங்காய், கார எலுமிச்சை, வெந்திய மாங்காய், எல்லாம் தூர ஒதுக்கப்பட வேண்டியவை. அல்லது மாதத்தில் ஒரு நாள் மட்டும் இட்டச் சேர்க்க வேண்டியவை
- பொரித்த அப்பளம் கூடவே கூடாது. சுட்ட அப்பளம் தான் சிறந்தது.
- தினசரி உணவில் பருப்பு சேர்க்கக் கூடாது. வாரத்தில் இரண்டு நாள்தான் சேர்க்கலாம். அதாவது இரண்டு நாள் தான் சாம்பார், ரசம் வைக்கலாம். மற்ற நாட்களில் மோர்க் குழம்பு, மிளகு ரசம், எலுமிச்சை ரசம் போன்றவற்றைச் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.
- இரவில் தயிர் சேர்த்துக் கொள்ளக் கூடாது. மோர் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். இரவு வெறும் மோர் சோறும் பழங்களும்

போதும். இரவில் பலகாரங்களை உண்ணக் கூடாது. சப்பாத்தி, கூட்டு, சிறிது மோர் சாதம், பழங்கள் — நல்ல இரவு ஆகாரம்.

- மதிய உணவை நன்றாக மென்று சாப்பிட வேண்டும். அப்போது தான் முழுச் சாப்பாடு சாப்பிடலாம். பருப்புச்சாதம், குழம்பு சாதம், மோர்ச் சாதம் என்று மூன்றுவகையாக அது இருக்க வேண்டும். அல்லது வற்றல் குழம்பு சாதம் மோர் சாதம் என்றும் இருக்கலாம். கட்டாயம் கீரை இருக்க வேண்டும். தினசரி மதிய உணவில் நெய் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். ஏதாவது ஒரு 'கடலை' கண்டல் உணவில் இருப்பது நல்லது.
- மதிய உணவுக்குப் பிறகு இரவு உணவு வரையிலான இடைக்காலத்தில் எதுவும் அவசியமில்லை.
- லட்டு, அதிரசம், பாயசம், போளி, ஜிலேபி இவைகள் தேவையே இல்லை. அடிக்கடி இனிப்புப் பலகாரங்கள் செய்யாதிருப்பதே மிகவும் மேல்.
- தோசை வார்க்க எண்ணெய் தேவை இல்லை. திருநெல்வேலியின் பிரசித்தி பெற்ற ஆச்சிமார் தோசையில் எண்ணெயே இருக்காது. எண்ணெயும் தண்ணீருமாகக் கலந்து ஒரு கிண்ணத்தில் இருக்கும். ரப்பர் ஸ்டாம்ப் போன்ற ஒரு மரச்சட்டையை அதில் தேய்த்துத் தோசைக்கல்லில் தேய்த்து விட்டு மாவை ஊற்றி தோசையாகப் பார்த்துவார்கள். திருப்பிப் போட்ட பிறகும் எண்ணெய் ஊற்ற மாட்டார்கள். மரக்கட்டையால் தேய்ப்பது கூட முன் வார்த்த தோசையின் எச்சங்களை அகற்றத்தான். அடுத்த தோசை கல்லில் ஒட்டிக் கொள்ளாமல் முழுசாக வரத்தான். இப்படி எண்ணெயைக் கண்ணால் காட்டியே நூற்றுக் கணக்கான தோசைகளை ஒரே சைனில் கனம் கனமாக வார்த்து அடுக்கி விடுவார்கள். பூவாக இருக்கும்.
- முக்கியமான விஷயம்: அது எந்த எண்ணெயாக இருந்தாலும் ஒரு 'ட்ராப்' கூட உங்கள் குடலுக்குள் போகக் கூடாது. தாளிக்கும் போதும், காய்கறிகளை வதக்கும் போதும் நிறைய எண்ணெய் விடக் கூடாது. கடுகு வெடிக்கிற அளவு எண்ணெய் இருக்க வேண்டும். பிறகு காய்களைப் போட்டு உப்பும், நீரும் தெளித்து ஆவி போகாமல் மூடி வைத்து விட்டால் 'குப்' பென்று நன்றாக வெந்துவிடும்.
- ரோஸ்டுகள், 'ப்ரை'கள் எல்லாம் உடலுக்குக் கெடுதி செய்பவை. மலச்சிக்கல், மூலம் போன்ற நோய்கள் தோன்ற இவையே முக்கியமான காரணம்.
- புளியும் நம்முடைய உணவில் அதிகம் சேரக் கூடாது. புளி கண்ணில் மஞ்சள்படலத்தை உண்டாக்கும். ரத்தத்தை நீர்க்கச் செய்யும். ஆகவே புளி சேர்ப்பதானால் ரசமோ, குழம்போ ஏதாவது ஒன்றைத்தான் ஒருநாளில் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.
- குழம்பை விட ரசம் உடலுக்கு நல்லது. அதில் மிளகு, சீரகம், கொத்துமல்லி, கொஞ்சம் புளி ஆகியவையே இருக்கின்றன.
- காபி குடிப்பதானால் அதைக் காலி வயிற்றில் குடிக்கவே கூடாது. அதுவும் காலைக் காப்பியை ஏதாவது சிற்றுண்டி அருந்திய பிறகே அருந்த வேண்டும்.
- பிரிட்ஜில் வைத்த பொருட்களை, முதல் நாள் செய்த பொருட்களைக் கூடுமானவரை விலக்கிவிட வேண்டும். சாப்பிடும் முன் தண்ணீர் குடிக்கக் கூடாது.
- சாதாரண தண்ணீரைக் குடிக்கவே கூடாது. காய்ச்சியபின், இளஞ்சூடாகவே தண்ணீர் இருக்கவேண்டும். அல்லது நன்றாகக் காய்ச்சி ஆறின நீராக வாவது இருக்கவேண்டும்.

ஆர். வி. கே.

நன்றி: ஓம் சக்தி.

சட்டைப் பட்டன்களின் மீதும் பின்புறமும் நிறமற்ற நெயில் பாலிஷை ஒரு சொட்டு வைத்து விடுங்கள். பட்டனைச் சுற்றியுள்ள நூல் இந்த நெயில் பாலிஷால் உறுதிப்பட்டு விடுவதால் பட்டன்கள் பலநாள் கூடுதலாக உழைக்கும். ஊசிக்கு அடிக்கடி வேலை கொடுக்க வேண்டிவராது.

—என். குப்பம்மாள்.

தேங்காய்ச் சட்னி செய்ய வேண்டும். தேங்காய்த் துருவல் மிகவும் குறைவாக உள்ளது. கவலை இல்லை. 2 வெங்காயம், தக்காளி, கடலை மாவு சிறிது, பச்சை மிளகாய், உப்பு சிறிது புளித்த தயிர் சேர்த்து அரைத்தால் சட்னி ரெடி. அளவும் அதிகமாக இருக்கும்.

—கீதா ஜெயராமன்.

பிரதி வியாழன் இரவு 9-30 மணிக்கு

கமலஹாசன்

கல்கி நேயர்களின் கேள்விகளுக்குப் பதிலளிக்கிறார்!



கல்கி

வழங்கும்

நேரம் நல்ல நேரம்

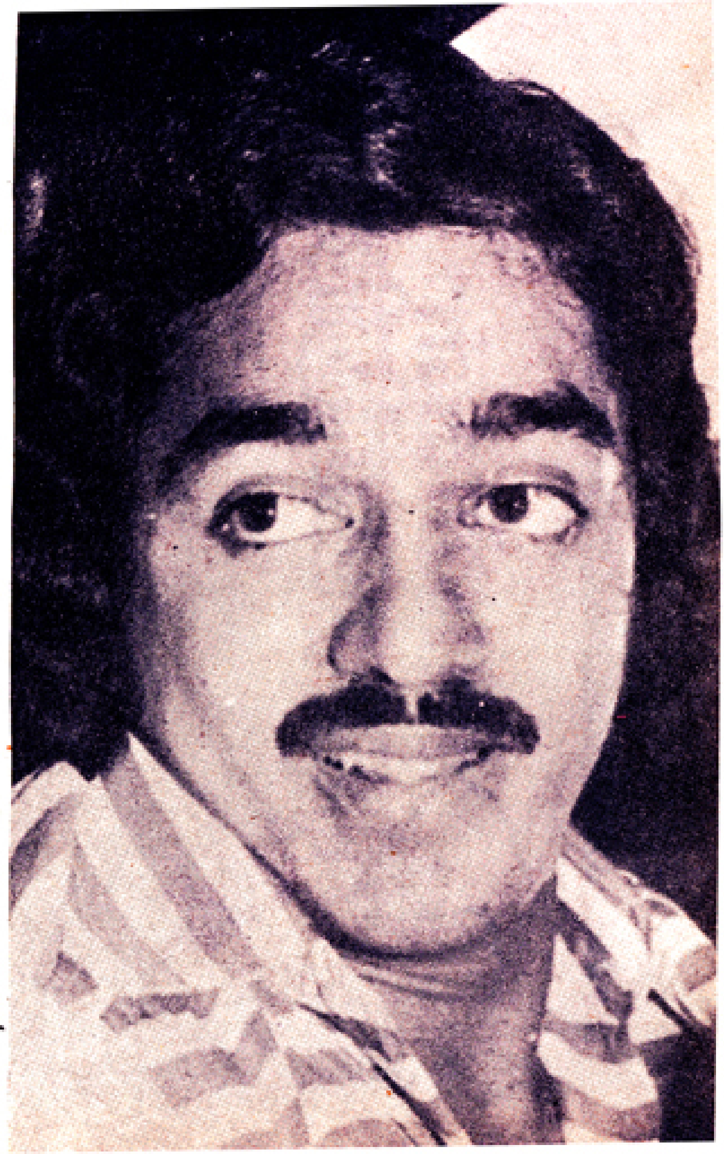
விவிதபாரதி சென்னை, திருச்சி வானொலி ஒலிபரப்பு

தயாரிப்பு: எஸ். வி. ரமணன்

புகைப்படம்: சுபா

- விஞ்ஞான ரீதியான படம் தமிழில் வருமா?
- சிவாஜி கணேசன் நடித்த படங்களில் தங்களைக் கவர்ந்தது எது?
- தங்கள் மனைவி மேக்-அப் கலை பயில அமெரிக்கா சென்று வந்தாரே...அதுகுறித்து...?
- தாங்கள் சமீபத்தில் ரசித்துச் சிரித்த மறக்க முடியாத ஜோக்?
- மற்றும் பல ரசமான கேள்விகளுக்குச் சுவையான பதில்கள்!

கமல் பதில்கள் ஒவ்வொரு வாரமும் கல்கியில் பிரசுரமாகும்





பெண்கள் புடவை, நகை பித்தர்களா?



உரையாடலில் கலந்து கொண்டவர்கள்:

திருமதி அகிலா சங்கர நாராயணன் (குடும்பத் தலைவி),
திருமதி கௌரி அருணாசலம் (வங்கி அதிகாரி),
குமாரி கீதா அய்யர் (பள்ளிக்கூட ஆசிரியை
திருமதி ஸ்ரீமதி கண்ணன் (கஸ்டம்ஸ் ஊழியர்),
திருமதி லலிதாபாலகிருஷ்ணன் (கணக்கர்)

அகிலா: பெண்களுக்கு எத்தனையோ ஆசைகள் உண்டு. சில ஆசைகள் சீக்கிரமே தணிந்து விடும். ஆனால் சில ஆசைகள் தணிவதில்லை. நகைகளையும், புடவைகளையும் பார்க்கப் பார்க்க இந்த நகையை நாம் போட்டுக் கொண்டால் நன்றாக இருக்குமோ, இந்தப் புடவை நமக்கு மேட்சாக இருக்குமோ என்று எண்ணாத பெண்கள் உண்டா?

கீதா அய்யர்: நீங்கள் சொல்வது சரி. நகைகளும், புடவைகளும் பெண்களுக்கு அழகைக் கொடுப்பவை. தங்க ஆபரணங்களை அணியும் போது நமக்கே நம்மை அறியாமல் ஒரு பெருமிதம் ஏற்படுகிறது.

ஸ்ரீமதி: வாஸ்தவம் தான். குறிப்பாகக் கல்யாணம் வேறு ஏதாவது விசேஷங்களுக்கு செல்லும் போது நகைகளைப் போட்டுக் கொண்டால் தானே நம்மை நாலு பேர் மதிக்கிறார்கள். நம்மை மதிப்பது என்பது ஒரு பக்கம் இருக்கட்டும். நமக்கு அழகு கொடுப்பவை நகைகள்தானே!

லலிதா: நகைகள் போட்டுக் கொண்டால் அழகுதான். ஆனால் எல்லோராலுமே தங்க நகைகளை வாங்க முடியாதே...!

ஸ்ரீமதி: தங்க நகைகள் வேண்டாம். இப்போதுதான் கோல்ட் கவரிங் எல்லாம் வந்திருக்கே...

அகிலா: இமிடேஷன் நகைகளை அணிந்து கொள்வதில் தவறில்லை. சொல்லப் போனால் பாதுகாப்பானதும் கூட. திருடு போச்சுன்னு வைச்சுக்குங்க நிறைய இழப்பு நமக்கு இருக்காது...

கீதா: நிறைய இழப்பு இருக்காதுதான். ஆனா திருட வருகிறவர்களுக்கு இது இமிடேஷன் இது ஒரிஜினல்னு தெரியாது. எனவே நகைகளை திருட வருகிறவர்களால் சில சமயம் உயிருக்கே ஆபத்து ஏற்படுகிறதே!

அகிலா: ஆபத்து வருகின்ற அளவுக்கு நாம் நடந்து கொள்ளக் கூடாது. நிறைய நகைகளைப் போட்டுக் கொண்டு தனியாகப் போவதோ, இல்லை என் வீட்டில் தான் அதிக நகைகள் இருக்கின்றன என்று பிறர் காது கேட்கும்படி சொல்வதோ கூடாது.

கௌரி: இந்த நகைகள் மீது எனக்கு அவ்வளவாக ஈடுபாடு கிடையாது. நகைகள் திருட்டைப் பற்றிச் சொன்னீங்க... அதுக்கு ஒரு யோசனை சொல்றேன். கல்யாணம், பார்ட்டி இது போன்ற சமயங்களில் நகைகளைப் போட்டு கொண்டு பின்னர் அவைகளை வீட்டில் வைக்காமல் பேங்கில இருக்கக் கூடிய சேப்டி லாக்கர்ல வைக்கணும்.

லலிதா: நல்ல யோசனை தான். ஆனா சேப் லாக்கர்ல பூட்டி வைக்கிறதுக்கா நகைகள் வாங்கறோம்? தினசரி போட்டுப் பார்க்கத் தானே நகைகள் வாங்கறோம்?

கௌரி: நான் என்ன சொல்றேன்னா நிறைய நகைகள் விலை மதிக்க முடியாத





நகைகள் இவைகளைத்தான் பேங்கில உள்ள லாக்கர்ல வைக்கணும். என்று சொல்லறேன். தினசரி போட்டுக்கக் கூடிய காது தோடு, செயின், மூக்குத்தி இது எல்லாம் கையில இருக்கலாம்.

ஸ்ரீமதி: விதவிதமா ' நகைகள் போட்டுக்க ஆசைப்படறது எல்லாம் ஒரு வயசு முடிய மட்டும்தான்.

லலிதா: ஆமாம். கல்யாணம் ஆயிட்டா நகைகள் போட்டுக் கொள்வதைப்பத்தி யாரும் கவலைப்படுவதில்லே...

கீதா: நீங்கள் சொல்றதை ஏற்றுக்கொள்ள முடியாது. கல்யாணம் ஆன பிறகு தான் ஒரு பெண்ணுக்கு நகைகளே நிறையக் கிடைக்கின்றன.

(எல்லோரும் சிரிக்கின்றனர்.)

அகிலா: நான் காலேஜ் படிக்கிற போது நிறைய நகைகள் போட்டுப்பேன். நான் கட்டிக்கிற புடவைக்கு ஏற்ற மாதிரி நகை போட்டுப்பேன். கையில கொண்டு போகக் கூடிய டிபன் பாக்ஸ், பை இது எல்லாம் கூடப் புடவைக்கு ஏற்ற மாதிரி இருக்கும். ஆனா இப்போ கல்யாணம் ஆகி குழந்தையெல்லாம் பிறந்த பிறகு முன்ன மாதிரி நகை போட்டுக் கொள்வதில் ஆசை இல்லே.

ஸ்ரீமதி: டீன் ஏஜ்ல இருக்கும்போது எனக்கு இது மாதிரி நகை வேண்டும், அதுமாதிரி நகை வேண்டும் என்று ஆசை இருக்கும். நிறைய பெண்களைச் சந்திக்கும் போது அவர்கள் போட்டு இருக்கிற மாடல்ல நமக்கும் பண்ணிப் போட்டுக் கொள்ள வேண்டும் என்று தோணும்.

கௌரி: நகைகள் வந்து அழகு பார்ப்பதற்காக மட்டும் வாங்குவதில்லே. நகைகள் வாங்கினால் அது ஒரு சொத்து மாதிரி...

அகிலா: ஆமாம். இப்போ கையில நிறையப் பணம் இருந்தாச் செலவழிக்கத்தோணும் ஆனா நகையா இருந்தா செலவழிக்க முடியாது பாருங்க. நகை ஒரு நிரந்தரச் சொத்து.

ஸ்ரீமதி: அப்படியே நமக்கு அத்தியாவசியமா பணம் தேவைப்பட்டால் கூட, நகைகளை அடமானம் வைக்கப் பணம் கடன் வாங்கிக்கலாம். பின்னால திருப்பிடலாம்.

லலிதா: அப்போ நகைகள் அழகிற்கு மட்டுமல்ல, நிரந்தரச் சொத்துக்காகவும் வாங்கலாம். தப்பில்லே இல்லையா?

அகிலா: ஒரு காலத்தில பவுன் பத்துரூபாவுக்கும், பன்னிரண்டு ரூபாய்க்கும் விற்றுக் கொண்டு இருந்தது. இப்போ பவுன் விலையைப் பாருங்க, என்னமா ஏறிப் போச்சு. நம்மிடம் நிறைய தங்க நகைகள் இருந்தால் அதனுடைய மதிப்பு என்னமா உயர்ந்திருக்கும்...

கௌரி: அப்படின்னு நகைகள் வாங்குவது அவசியம்தானு?

அகிலா: நிச்சயமா அவசியம் தான். நகை சன்ல எத்தனையோ விதம் இருக்கு. நம்ம புராணங்கள் சாஸ்திரங்கள் கூட நகைகள் அணிந்து கொள்ள வேண்டிய விதி முறைகளையும் அதற்குரிய பெயரையும் சொல்லுகின்றன. காலை நேரம், மத்தியானம் உச்சி வேளைக்குப் பிறகு புது நகைகள் அணிந்து கொள்ள ஏற்ற நேரமாகும்.

ஸ்ரீமதி: விதம் விதமான நகைகள்னு சொன்னீங்க. காதுக்குத் தோடு, கழுத்துக்குச் சங்கிலி, மூக்கிற்கு மூக்குத்தி, இடுப்பிற்கு ஒட்டியாணம், காலுக்கு மெட்டி, கொலுசு இதையெல்லாம் தானே வித்தியாசமான நகைகள்னு சொன்னீங்க...

அகிலா: இந்த நகைகள் போட்டுக்கொள்வதில் அழகு மட்டுமல்ல, அர்த்தமும் இருக்கிறது. ஒரு பெண்ணின் காலில் மெட்டி அணிந்து இருந்தாள் என்றால் அவள் கல்யாணமானவள் என்று பொருள்.

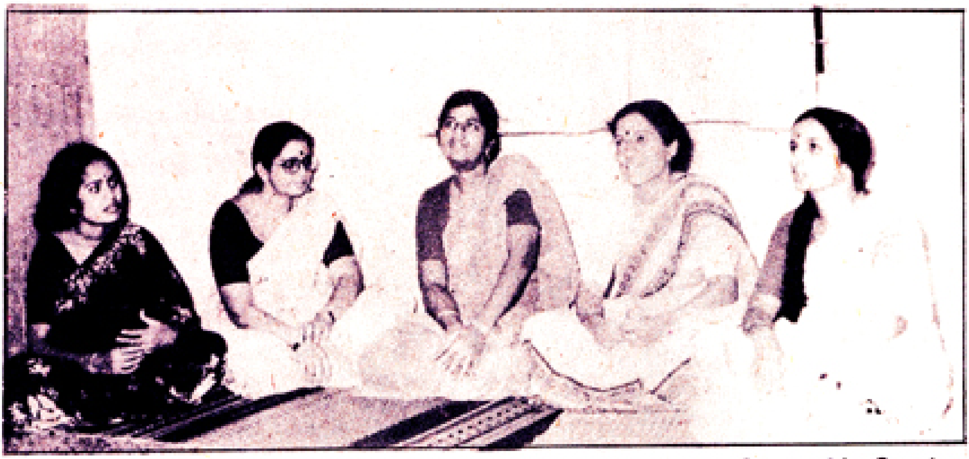
ஸ்ரீமதி: இவ்வளவு இருந்தும் சில பேர் தங்களுக்கு நகைகளே பிடிக்காது, புடவை எடுத்துக் கொள்ளவே பிடிக்காது என்று எல்லாம் சொல்வார்கள். ஆனால் உண்மையில் அப்படிச் சொல்பவர்களுக்குத்தான் நிறைய ஆசை இருக்கும். புடவைக் கடைக்குள் பெண்கள் நுழைந்து விட்டால் வருவதற்கு எவ்வளவு நேரமாகும்!

லலிதா: விதம் விதமான உடைகளைப் பார்க்கும்போது எதை எடுப்பது என்று குழப்பம் வருவது இயற்கைதானே!

கௌரி: நம்மிடம் ஒரு புடவை, இரண்டு புடவை இருந்தா இது நம் இடம் இல்லே அது நம்மிடம் இல்லே என்று செலக்ட் செய்யலாம். நம்மிடம் இருப்பதும் அதிகம். எனவே நம்மிடம் இல்லாததைப் பார்த்துப் பொறுக்குவது என்பது கஷ்டம்தான்.

அகிலா: ஒரு பெண்ணுக்குப் புடவைகள் அதிகம் வேண்டிய ஒன்றுதான். நகைகளாவது குறைவாக இருந்தால் பரவாயில்லே. புடவை நிறைய நிறைய இருந்தால் தான் பார்ப்பவர்களையும் மகிழ்விக்க முடியும். நமக்கும் அழகாக இருக்கிறோம் என்று எண்ணத் தோன்றும். அதனால் தான் பார்க்கின்ற புடவைகளை எல்லாம் எடுக்கத் தோன்றுகிறது.

சுமதி: அப்படின்னு பெண்கள் புடவை பித்தர்களா?



அகிலா: எங்கிட்ட கேட்டாப் புடவை பித்தர்களே தான். காஞ்சிபுரம் பட்டு புடவையை விதவிதமாகக் கடையில் பார்க்கும் போது இதை ஏன் நாம் எடுக்கக் கூடாது என்று ஏங்காத மனசு உண்டா?

கீதா: ஆனால் என்னை பொறுத்தவரை நான் 'சின்தட்டிக்' புடவைகளைத்தான் விரும்பறேன். நைலெக்ஸ், பாலியஸ்டர் இது போன்ற புடவைகள் தான் உபயோகமும் கூட. வாங்கறதுக்கு ஆகும் செலவு குறைவும் கூட. பட்டுப் புடவை ஐந்நூறு, அறுநூறுக்கு மேல கூட முழுங்கும். ஆனால் பாலியஸ்டர், நைலக்ஸ் எல்லாம் அவ்வளவு விலை இல்லை. தினசரி கட்டிக்கலாம். ஆபீஸ் போகும் போது, வெளிய போகும் போது கூட கட்டிக்கலாம். பட்டுப் புடவைகளை விசேஷ நாட்களில் கட்டிக் கொண்ட பிறகு பெட்டியில வைச்சு பூஜை பண்ண வேண்டியதுதான். பட்டுப் புடவையை கட்டிக் கொண்டு வேலை பண்ண முடியாது. எனவே பட்டுப் புடவை அதிகமாக எடுப்பது வேஸ்ட்தான்.

ஸ்ரீமதி: ஒத்துக் கொள்ள வேண்டிய விஷயம். இன்னொன்று பட்டுப் புடவை கட்டிக் கொள்வது அஹிம்சா தர்மத்திற்குக் கூட ஏற்றதல்ல.

அகிலா: ஆனா பாருங்க. பட்டுப் புடவையைத்தான் புனிதமானது. விசேஷங்களுக்கு ஏற்றது என்று சொல்கிறோம். இது ஏன் என்று தெரியவில்லை.

கீதா: புடவை மேல பெண்களுக்கு கிரேஸ் உண்டு என்பதற்கு ஆண்கள் தான் காரணம். நீட்டாக இல்லையென்றால் நம் கணவரே கூட நம்மை ரசிப்பதில்லை.

ஸ்ரீமதி: ஆண்களுக்காக இல்லாவிட்டாலும் நமக்காக விதவிதமாப் புடவை கட்டிக் கிட்டுப் போறதில தப்பு இல்லை. ஒரு புடவையை ஒரு நாளைக்கு மேல கட்டிக்க முடியாது. ஆண்களுடைய டிரஸ் மாதிரி புடவை சீக்கிரமே உலர்ந்து விடாது. எனவே பெண்கள் நிறைய புடவைகள் வைத்துக் கொள்வதில் தப்பில்லை. ஆனா செக்ஸியா, மற்றவர்களை அருவருக்கச் செய்யும்படி உடைகளை அணிந்துகொள்ள கூடாது...

கௌரி: இப்போ மாடர்ன் டிரஸ் போட்டுக் கொள்கிறார்கள். இதில தவறில்லை. சொல்லப் போனால் புடவையை விட பத்திரமானது. ஸ்கூட்டர் போன்ற இரண்டு சக்கர வண்டிகளில் போவதற்கு ஏற்றது.

அகிலா: இச்சல்ல கூட மேக்஼ி போட்டுக் கொண்டு சமையல் செய்யலாம். இல்லை காட்டன் புடவை கட்டிக்கிட்டுத்தான் சமையல் செய்யணும். நைலெக்ஸ், பாலியஸ்டர் இதுஎல்லாம் எளிதில் தீப்பிடிக்கக் கூடியவை.

கீதா: அது சரிதான். நம்ம பெண்களுக்கு மேலை நாட்டுப் புடவைகள் மேல்தான் அதிக ஆசை இருக்கு. ஜப்பான் பாலியஸ்டர், அமெரிக்கன் நைலெக்ஸ் இப்படி வெளிநாட்டுப் புடவைகளைத்தான் எடுக்க வேண்டும் என்று எண்ணுகிறார்கள்.

அகிலா: இது ரொம்பத் தவறு. டெக்ஸ்டைல்ஸ் பொறுத்தவரைக்கும் இந்தியா தான் சிறந்தது. நம்ம நாட்டில இருந்து ஏற்றுமதியான ஆடைகளைத்தான் மறுபடியும் அவங்க சீல் போட்டு நம்மகிட்டே விற்கிறாங்க. பெண்களுக்குப் புடவை மேல பைத்தியம் உண்டு. அதுவும் இப்ப அயல்நாட்டு மோகம் ஏனோ கொஞ்சம் அதிகமா இருக்கு.

ஸ்ரீமதி: மறுபடியும் கேட்கிறேன். அப்படின்னு பெண்கள் நகை புடவை பித்தர்களா?

கீதா: பித்தர்களா என்று கேட்டால் பித்தர்கள் என்றும் சொல்ல முடியாது! அதற்கு என்று பித்தர்கள் இல்லை என்றும் சொல்ல முடியாது! பித்துப் பிடித்து அலைவது என்பது வேறு; ஆசை என்பது வேறு. பெண்களுக்கு நகை, புடவை இரண்டின் மீதும் நிச்சயம் ஆசை உண்டுதான்.

பேட்டித் தொகுப்பு:
கீழாம்பூர் சங்கரசுப்பிரமணியன்.

ஏற்பாடு: **ஆர். எஸ். சங்கரநாராயணன்.**

புகைப்படங்கள்: **பால்ராஜ்.**

கோயில் கட்டிய பெண்மணிகள்!

சாயங்காலம் குளத்துக்குப் போகும் பெண்களையெல்லாம் ஒருவன் கேலி செய்து கொண்டிருந்தானாம். அவனைப் பிடித்து அந்தக் கிராமப் பஞ்சாயத்தாரின் முன் நிறுத்தினார்கள். அந்தப் பஞ்சாயத்து போர்டின் தலைவி ஒரு பெண் — அவள்—

அந்தக் குற்றவாளியின் மனைவி!

வழக்கை ஆராய்ந்த தலைவி தீர்ப்புக் கூறினாள். ''குற்றவாளியின் குற்றம் நிரூபிக்கப்பட்டது. அவன் தண்டனையாகத் தினமும் மாலையில் ஈசுவரன் கோயிலில் 108 தீபங்களை ஏற்ற வேண்டும். இது பஞ்சாயத்துத் தலைவி என்ற முறையில் நான் வழங்கும் தீர்ப்பு.

கணவனின் பாவ புண்ணியங்களில் மனைவிக்கும் பங்கு உண்டு. அந்த வகையில் அவர் தண்டனையில் நானும் பாதி பெறுகிறேன். பாதி தீபங்களைத் தினமும் நான் ஏற்றுகிறேன்''

—என்று கூறினாளாம். என்ன வியக்கத்தக்க தீர்ப்பு.

மாலையில்தானே அவன் பெண்களைக் கேலி செய்தான்? அந்த நேரத்தில் அவன் சிந்தனையைக் கோயில் பக்கம் திருப்பி விட்டாள். அதற்கு மேலே அவன் பிற பெண்களைப் பார்க்காமல் கோயில் பணி செய்கிறானா எனத் தானே மேற்பார்வை பார்க்கவும் நுணுக்கமாகத் தனக்கே தண்டனையும் விதித்துக் கொண்டாள்!

நினைந்து நினைத்து மகிழத் தக்க தீர்ப்புச் சொன்ன இந்தப் பெண்மணி ஆயிரத்து இருநூறு ஆண்டுகளுக்கு முன் வாழ்ந்திருக்கிறாள்!

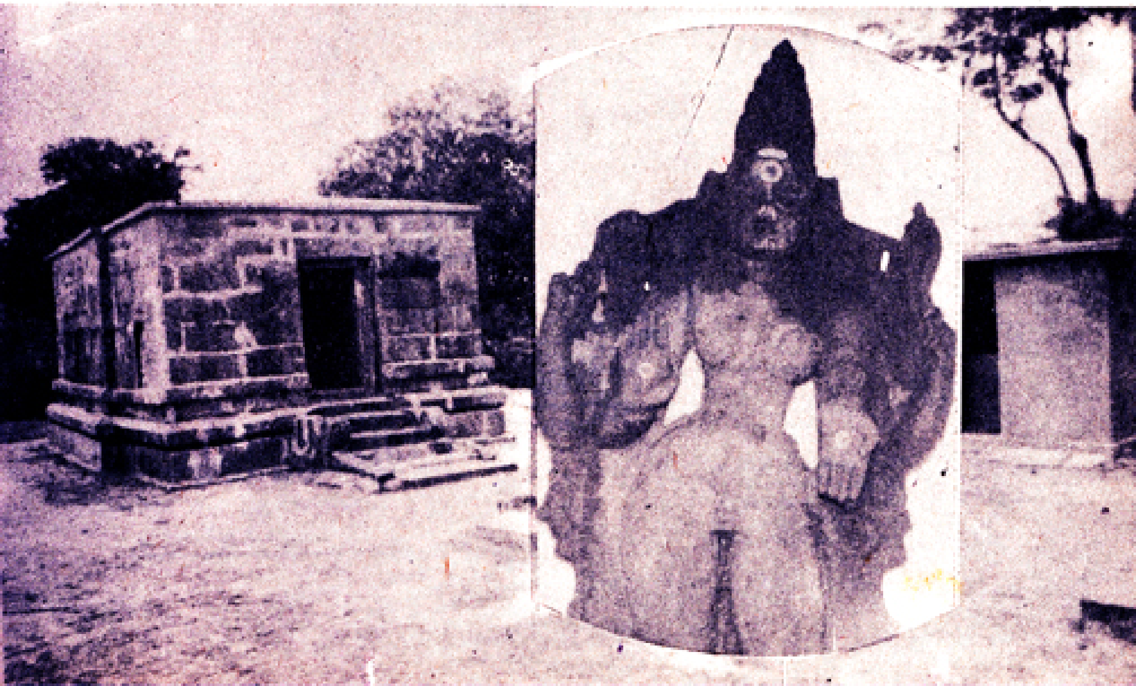
அந்தக் காலத்தில் நமது தமிழ்நாட்டில் பல பெண்மணிகள் இப்படி அரசு அலுவலகங்களில் தேர்ந்த அதிகாரிகளாக விளங்கியிருக்கிறார்கள்.

இந்த நிகழ்ச்சியைக் கூட ஒரு கோயில் கல்வெட்டுதான் கூறுகிறது என்கிறார் நீதிபதி கிருஷ்ணசாமி ரெட்டி.

''இப்படிப் பெண்களின் பொற்காலமாக இருந்தது மட்டுமில்லை. ஒருபடி மேலே போய்ப் பெண்களே கூட பல கோயில்களைக் கட்டியிருக்கிறார்கள். அப்படித் தமிழ்நாட்டில் பெண்களால் எழுப்பப்பட்ட கோயில்கள் பலவுள்ளன. செங்கல்பட்டு மாவட்டத்தில் குமாரவாடி எனும் கிராமத்தில் ஆயிரது இருநூறு ஆண்டுகள் பழமையான ஈசுவரன கோயில் கூட 'அரைசடிகளார்' எனும் பெண்மணி கட்டியதுதான்.''

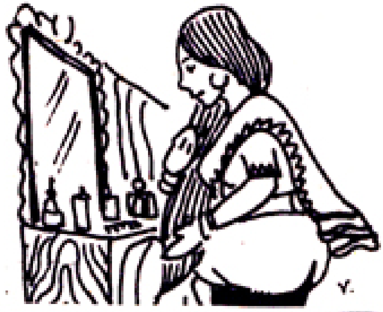
என்கிறார் தொல்பொருள் ஆராய்ச்சி வல்லுனர் திரு. நாகசாமி.

''இப்படிப்பட்ட பழைமையான கோயில்களைப் புனருத்தாரணம் செய்ய வேண்டியது அவசியம். மேலை நாடுகளில் போய் கோயில் கட்டிக் கலாச்சாரத்தைப் பரப்புவது நல்லது தான். அதோடு அவரவர் சொந்த ஊர்க் கோயிலையும் சீர்படுத்தி நித்ய பூஜை செய்வதற்காவது ஏற்பாடு செய்ய வேண்டும்'' என அருளாசி வழங்கி இக்கோயில் புனருத்தாரணப் பணியையும் தொடங்கி வைத்திருக்கிறார் ஸ்ரீ ஜெயேந்திர சரஸ்வதி ஸ்வாமிகள்.




அமிர்தாஞ்சன்
அறியும்
உடல்வலி
மற்றும்
சுளுக்கின்
கடுமையை
எளிதாகப் பூசிட ஏற்ற மிருதுவான
அடிப்படைபொருள் கொண்டது.
புத்தம் புதிய, கார்க்கினுலான
உள் அமைப்பு மருந்தின்
சக்தியைப் பாதுகாக்கிறது.
AMRUTANJAN
Pain Balm
AMRUTANJAN
PAIN BALM
1984 ஒலிம்பிக் போட்டி
இந்திய விளையாட்டு
வீரர்களுக்கு பெய்ன்-
பாம் சப்ளை செய்ய
அங்கீகாரம் பெற்றவர்கள்
அமிர்தாஞ்சன்
துரித நிவாரணம் உறுதியுடன் அளிப்பது.
தீய பின்விளைவுகள் இல்லாதது.
OBM 8777 TM

அழகே கொஞ்சம் பதில் சொல்லு!



அழகு சம்பந்தமான ஐயங்களுக்கு வாசகர்களிடமிருந்து வந்த கேள்விகளுக்கு "மல்லிகா பியூட்டி கிளினிக்" நடத்தும் மல்லிகாவும் பார்வதியும் பதில் அளிக்கிறார்கள்.

<u>திருமதி திரிபுரசுந்தரி</u>, அபிபுல்லா ரோடு, சென்னை-17

என் முகம் அதிகமான எண்ணெய்ப் பசை கொண்டதாக உள்ளது. இதற்கு என்ன செய்ய வேண்டும்?

பதில்

இதற்கு முட்டையின் வெள்ளைக் கருவோடு சிறிய துளிகள் எலுமிச்சம்பழச் சாற்றையும், பொடி செய்த ஓட் மாவையும் கலந்து வாரம் ஒருமுறை முகத்தில் தடவி நன்றாகக் காய்ந்தபின் வெதுவெதுப்பான நீரினால் முகத்தைக் கழுவ வேண்டும். அதிகம் எண்ணெய்ப்பசை இல்லாத சோப்புக்களை உபயோகிக்கலாம்.

<u>ஆர். நிர்மலா, செங்கல்பட்டு</u>

என்னைப் பொறுத்தவரை பொடுகு ஒரு பொல்லாத பிரச்னையாக இருக்கிறது. இதற்கு என்ன வழி மேடம்?

பதில்

முடித் தோலுக்குத் தேவையான ஊட்டச் சத்துக் கிடைக்காவிட்டால் பொடுகு ஏற்படும். உடலில் உள்ள கழிவு உறுப்புகள் சரிவர இயங்கவில்லையானால் பொடுகு தலையைத் தாக்கிப் பற்றிப் பரவி விடும்.

கூந்தலைச் சுத்தமாக வைத்துக் கொண்டால் பொடுகு கூந்தலைத் தாக்க வாய்ப்பே இராது. ஸ்டார்ச் சத்துள்ள உருளைக்கிழங்கு கோதுமை ஆகியவைகளைத் தவறாமல் உணவில் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

முட்டையின் வெள்ளைக் கருவுடன் எலுமிச்சம் பழச் சாற்றைக் கலந்து தலையில் தேய்த்துக் குளித்து வந்தாலும் பொடுகு மறைந்துவிடும்.

<u>கீதா, சென்னை-26</u>

எனக்கு உள்ளங்கையில் வேர்வை அதிகமாக வருகிறது. அதேபோல் கால்களிலும். இதற்கு வழி என்ன?

பதில்

உங்கள் உள்ளங்கைகளையும், கால்களையும், வெந்நீரினால் நன்றாக அலம்பி நன்கு துடைத்து விட்டுப் பின் டால்கம் பவுடர் அல்லது யூடிகொலோன் போட்டுத் தேய்த்து விடுங்கள் இவ்வாறு அடிக்கடி செய்து வந்தால் வேர்வையைக் கட்டுப்படுத்தலாம்.

<u>செல்வி, சென்னை-94</u>

எனக்குக் கைகளிலும் கால்களிலும் முடி அதிகமாக, அசிங்கமாக இருக்கிறது. 'வேக்ஸிங் செய்துகொள்ள எனக்குப் பிடிக்கவில்லை. அதனால் ஷேவ் செய்துவிடுகிறேன். இது நல்லதா அல்லது வேறு வழிமுறைகள் உள்ளதா?

பதில்

ஷேவிங் தோலுக்கு மிகவும் கெடுதி. அதனால் சருமம் சொர சொரப்பாகவும், முடி மீண்டும் அடர்த்தியாகவும் அசிங்கமாகவும் வளர ஏதுவாகிறது. மேலும் சருமத்தின் நிறமும் வேறுபடும். வேக்ஸிங்கைத் தவிர நல்ல வழிமுறை ஏதுமில்லை. வேக்ஸிங் செய்துகொள்வதால் முடி வேரிலிருந்து களைவதோடு நாளடைவில் வளர்ச்சியும் குறைந்து, சருமத்திற்கு எந்தவித பாதிப்பும் ஏற்படுவதில்லை.

தவிர வேறு க்ரீம்கள் உபயோகப்படுத்தினால் சருமத்தில் அலர்ஜி ஏற்பட வாய்ப்புண்டு.

<u>சரஸ்வதி, சென்னை-17</u>

எனக்கு மூக்கு கட்டையாக இருக்கிறது. அதை மேக்கப் மூலம் சரிப்படுத்த முடியுமா? எப்படி?

பதில்

மேக்கப் மூலம் நிச்சயமாக மூக்கை நல்ல 'ஷேப்' உள்ளதாகக் காட்டலாம். சிறிய பிரஷ்ஷை எடுத்துக்கொண்டு அதில் சிறிது தரமான கிரீமை எடுத்து மூக்கின் இரு புறங்களிலிருந்தும் மேலிருந்து

நுனிவரை அப்ளை செய்து கொண்டால் மூக்கு அழகாகத் தோன்றும்.

சுஜாதா, சென்னை-20

என் புருவங்கள் அடர்த்தி யில்லாமல் இருக்கின்றன. இதைச் சரிப்படுத்த முடியுமா?

பதில்

புருவங்கள் அடர்த்தியாக வளர இரவு படுக்கும் முன்பு விளக்கெண்ணெய் தடவி வந்தால் நல்ல பலன் உண்டு. புருவத்தை நல்ல ஷேப் செய்து கொண்டால் பார்க்க நேர்த்தியாக இருக்கும்.

லீலா, சென்னை-44

என் நகங்கள் மிகவும் வெளுத்துக் காணப் படுகின்றன. இதற்கு என்ன காரணம்? நகம் சொத்தையாகவும் உள்ளது.

பதில்

உங்களுக்கு இரத்த சோகை இருக்கக் கூடும். ஆதலால் நகங்கள் வெளுத்துக் காணப்படுகின்றன. நல்ல சத்துள்ள உணவு உட்கொண்டால் இரத்த சோகை குணமாகி நகங்கள் நல்ல ரோஸ் நிறமாக மாறும். ஈஸ்ட் மாத்திரைகள் உடகொள்வதால் பல நக தொத்து நோய்கள் கட்டுப்படுத்தப் படுகின்றன.

குமாரி மைதிலி, வடசென்னை

என் உடம்பு மிகவும் பருமனாக உள்ளது. இதைக் குறைக்க அழகு நிலையங்களில் ஏதேனும் வழிமுறைகள் உள்ளனவா?

பதில்

நிச்சயமாக உண்டு. அழகு நிலையத்தில் பருமனானவர்கள் இளைப்பதற்கும், மெலிந்தவர்கள் தடிப்பதற்கும் டரீட்மெண்ட் செய்கிறோம். பருமனைக் குறைக்க உடற் பயிற்சி, டயட் ஷீட், மஸாஜ், ஆவிக் குளியல் என முறைப்படி டிரீட்மெண்ட் கொடுக்கிறோம். இதன் மூலம் பருமன் குறைய நிச்சயம் வாய்ப்புண்டு.

லலிதா, தாம்பரம்:

நான் லிப்ஸ்டிக் போட்டுக் கொண்டால் என் உதடுகள் ஷேப் சரிவர வருவதில்லை. அதை எப்படிச் சரிசெய்ய வேண்டும்?

பதில்

முதலில் லிப்ஸ்டிக் பென்சில் அல்லது பிரஷ் மூலம் உதடுகளில் அவுட்லைன் வரைந்து கொண்டு பின்பு லிப்ஸ்டிக் போடுவதால் நல்ல ஷேப் கிடைக்கும். அவுட்லைனை முதலில் உதட்டின் மையத்திலிருந்து ஆரம்பித்துக் கொள்ள வேண்டும். பிறகு லிப்ஸ்டிக் போட்டுக் கொண்டு சரிசெய்து கொள்ள வேண்டும்.

ஹேமா, சென்னை-33

எனக்கு வயது 15. எனக்கு நல்ல உடலமைப்பும் நிறமும் உண்டு. ஆனால் உயரம் 5 அடிதான். நான் சிறிது தடித்திருப்பது போல் உணர்கிறேன். என்ன செய்வது?

பதில்:

நீங்கள் முதலில் உணவில் கட்டுப்பாட்டைக் கொண்டுவர வேண்டும். இனிப்பு, கொழுப்புப் பண்டங்களைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

கூடியவரை எளிமையான, நெடுக்குக் கோடுகள் போட்ட உடை அணிந்தால் சிறிது உயரமாகத் தெரிவீர்கள். குறுக்குக் கோடுகள் அகல பார்டர்கள் கூடிய உடையைத் தவிருங்கள்.

கூச்சிப்புடி

மாதம் ஒரு நடனம்–3

ஆந்திர மாநிலத்தில் உள்ள கிருஷ்ணா மாவட்டத்தில் கூச்சிப்புடி என்ற ஒரு சிறிய கிராமம் உள்ளது. தெலுங்கு மொழியில் கூச்சுப்புடி என்றால் ஒரு சிறிய கிராமம் என்று பொருள்படும். ஆனால் இப்பெயர் கொண்ட வேறு ஆறு சிறிய கிராமங்கள் அம்மாநிலத்தில் இருப்பதாக வரலாற்றுக் குறிப்புகளின் வாயிலாக அறிகிறோம். எனினும் மேற்கூறிய கிராமத்தில் தான் முந்நூறுக்கு மேற்பட்ட பிராமண குடும்பங்கள் இக்கலையில் ஈடுபட்டிருந்ததாக கலை வரலாற்றிலிருந்து நமக்குப் புலப்படுகிறது. அக்குடும்பங்களில் பெரும்பான்மையினர் வேத, சாஸ்திரம், தெலுங்கு, சமஸ்கிருதம் ஆகியவற்றில் வல்லுநர்களாக விளங்கி, பலர் பாகவத மேளா, கூச்சிப்புடி நாட்டிய, நாடகங்களை இயற்றியும், இவற்றில் நடித்து நாட்டியமாடியும் இக்கலையைப் பரப்பி வந்த காரணத்தினால் தான், இந்நாட்டியக்கலை வடிவத்திற்கு அக்கிராமத்தின் பெயரே நிலைக்கலாயிற்று.

கடந்த ஐம்பது ஆண்டுகளாகத்தான் இது கூச்சிப்புடி நாட்டியம் என்று அழைக்கப்பட்டு வருகின்றது. இதற்கு முன்னர், இக்கலை வடிவத்தை நாட்டிய மேளம், நட்டுவ மேளம், நாட்டிய நாடகம் என்ற பெயர்களால் அழைக்கப்பட்டு வந்தது.

கி. பி. 13 அல்லது 14–ஆம் நூற்றாண்டில் வாழ்ந்து வந்த சித்தேந்த்ர யோகியார் தான் ''கூச்சிப்புடி நாட்டியத்தின் தந்தை'' என்று கருதப்பட்டு வருபவர். இவர் கிருஷ்ண பகவானின் அத்யந்த மற்றும் ஆத்ம பக்தராவார். பிரபல கூச்சிப்புடி நாட்டிய நாடகமான ''பாமா கலாபம்'' என்ற நாட்டிய நாடகத்தை இயற்றி, அந்நாட்டிய நாடகத்தை ஆந்திர மாநிலம் முழுவதும் பிரபலப்படுத்தியவர். இன்றும் இந்த நாட்டிய நாடகம் மக்களால் ரசிக்கப்பட்டு வருகிறது. நாட்டிய நாடக இயக்கமாக துவங்கிய இக்கலை வடிவம் பரதரின் நாட்டிய சாஸ்திர விதிமுறைகளின் அடிப்படையில் அமைந்ததாகும்.

''பரத நாட்டிய பாட்ராந்திரத்தில் அமைந்துள்ளது போல, கூச்சிப்புடி நாட்டியத்திலும் சப்தம், தில்லானா, ஸ்வர ஜதி, ஜாவளி, பதம் முதலிய பாட முறைகள் உள்ளன. ஆனால் இந்நாட்டிய கலை வடிவில் கூடுதலாக ''தாங்கம்'' என்ற உருப்படியும் அமைந்துள்ளது. பொதுவாக பரத நாட்டியத்திற்கும், கூச்சிப்புடி நாட்டியத்திற்கும் ஒருசில ஒற்றுமை – வேற்றுமைகள் இருப்பினும், கூச்சிப்புடி நாட்டியத்தில் மக்களைக் கவரும் ஒரு சில தனித்தன்மை வாய்ந்த அம்சங்கள் உள்ளன. இந்நூற்றாண்டின் துவக்கத்தில் இக்கலையை மேம்பாடு அடைய காரணமாக இருந்தவர்களில் தலையாயவர் ஸ்ரீவேதாந்தம் லட்சுமி நாராயண சாஸ்திரியார். இக்கலையைப் பரப்பியவர்களில் ஸ்ரீ வேதாந்தம் சத்திய நாராயண சாஸ்திரியாரும் ஒருவராவார்.

இரண்டாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன் ஆலயத் திருவிழாக்களில் ''நவசந்தி'' என்ற வடிவத்தில் பிரபலமாக விளங்கிய இக்கலையில் பெரும்பான்மையான பெண்கள் பங்கேற்று வந்தனர். இடைக்காலத்தில் பெண் வேடங்களை ஆடவர்களே ஏற்று நடித்து நாட்டியமாடி வந்தனர். காலத்தின் வளர்ச்சியால் ஏற்பட்ட மக்களின் மனோநிலை மாற்றங்களினால், கடந்த நூறு ஆண்டுகளாக பெரும்பாலான பெண்டிரே ஈடுபட்டு வருவதை நாம் கண்கூடாகக் காண்கிறோம். இக்கலையில் ஒருவர் தேர்ச்சி பெற குறைந்தபட்சம் ஐந்தாண்டுகளாவது தேவைப்படும்'' என்று கூறுகிறார் சென்னை தியாகராய நகரில் கூச்சிப்புடி ஆர்ட்ஸ் அகாடமி என்ற நாட்டியப் பயிற்சிப் பள்ளியை நடத்தி வரும் பிரபல கூச்சிப்புடி நாட்டியாசிரியர் திரு. வேம்பட்டி சின்னசத்யம்.

உலகப் புகழ்பெற்ற ஷோபா நாயுடு, பாலா, அனுபமா, துர்கா, மற்றும் திரைப்படப் புகழ் மஞ்சு பார்கவி போன்ற பல கூச்சிப்புடி நாட்டியக் கலைஞர்களை உருவாக்கிய பெருமை இவரைச் சாரும்.

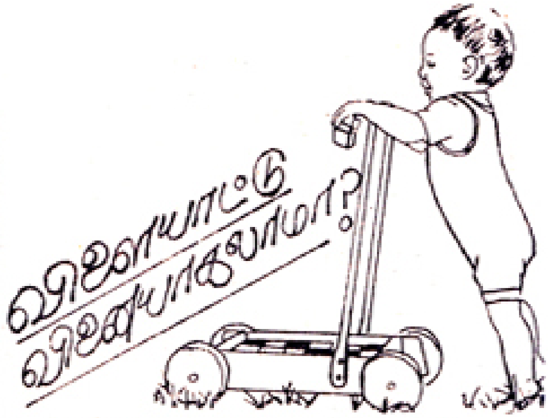
–கே. எல். ராமன்.

வண்ணப்படம்: பால்ராஜ்.

படத்தில்: வசந்தலக்ஷ்மி



✲ சின்ன சத்யம்





பொம்மைகளை வைத்துக்கொண்டு விளையாட ஆசைப்படாத குழந்தைகள் உலகில் எங்குமே கிடையாது.

பட்டமும், பம்பரமும், ஆடும் குதிரையும், கிலுகிலுப்பையும், பந்தும், எத்தனையோ ஆயிரம் வருடங்களாக பழக்கத்தில் இருந்து வருகின்றன.

குழந்தைகளுக்கு வாங்கிக் கொடுக்கும் விளையாட்டுச் சாமான்கள், வெறுமனே விளையாடுவதற்கு மட்டுமல்ல; அறிவை கல்வி அறிவை வளர்க்கக் கூடியவை; புத்தி கூர்மையை விருத்தி செய்பவை. ஆனந்தத்தை அளித்து, மனவளர்ச்சிக்கு உதவியாக இருப்பவை.

ஆனால் இந்த விளையாட்டு உபகரணங்களை சரியானபடி தேர்ந்தெடுக்கப்படாவிட்டால், கவனக் குறைவினால் குழந்தைக்கு ஆபத்தாகவும் முடியும். இன்பத்தை அளிக்க வேண்டியவை துன்பத்தை அளிக்கும்.

இங்கிலாந்தில் ஆஸ்பத்திரி கணக்கெடுப்புப்படி ஒவ்வொருவருடமும் 12.000 விபத்துக்களுக்கு (ஆஸ்பத்திரியில் சேர்த்து சிகிச்சை பெறும் அளவுக்கு) வெறும் விளையாட்டுக் கருவிகளே காரணமாக இருக்கின்றன.

நம் நாட்டில் இப்படி ஒரு கணக்கெடுப்பு இல்லை என்றாலும், நிலைமை இதையும் விட மோசமாக இருக்கும் என்று கருதப்படுகிறது. விளையாட்டுச் சாமான்களால் ஏற்படும் விபத்துக்கள், பல வகையானவை.

1. பொம்மையின் கூர்மையான பாகங்களால் உடலில் ஏற்படும் வெட்டு, கீறல், கண்ணில் குத்து போன்றவை.

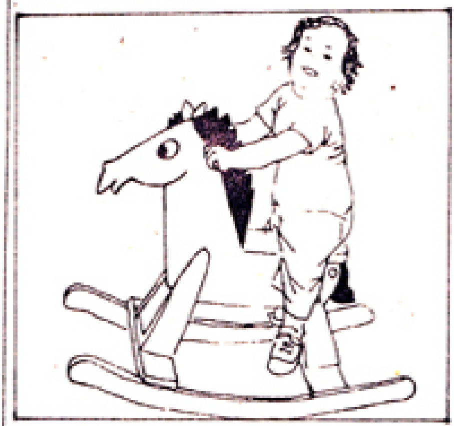
2. சின்ன பொம்மை அல்லது விளையாடும் வஸ்துவின் சிறிய, தனியாக கழன்று வரக் கூடிய பாகங்களை, மூக்கு, காது, வாய், முதலியவற்றில் போட்டுக் கொண்டு, வெளியே எடுக்க முடியாமல் தவிப்பது.

3. ஸ்திரமற்ற உறுதியற்ற விளையாட்டுக் கருவிகளினால், கீழே விழுந்து கைகால்களை உடைத்துக் கொள்ளுதல்.

4. சுலபமாகத் தீப்பிடிக்கும் தன்மையுள்ள பொம்மைகளினால் ஏற்படும் விபத்து.

5. பெரிதாக சப்தம் எழுப்பக் கூடிய விளையாட்டுத் துப்பாக்கி போன்றவற்றை குழந்தைகளின் காதுக்கு அருகில் சப்தப் படுத்துவதனால், செவிப்பறையின் சேதம்.

6. தரம் குறைவான மின்சார விளையாட்டுக் கருவிகள் காரணமாக, மின்சார அதிர்ச்சி தாக்குதல்.





7. மலிவான வர்ணப் பூச்சு உள்ள பொம்மைகளைச் சிறு குழந்தைகள் கடித்துச் சுவைப்பதினால் அவர்கள் உடம்பில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகச் சேரும் விஷம்.

இப்படி எல்லாம் விபத்துக்களை ஏற்படுத்தக் கூடியவை என்பதால், குழந்தைகள் விளையாட்டுச் சாமான்களினால் அடையும் ஆனந்தத்தை அவர்களுக்கு மறுக்க முடியாது.

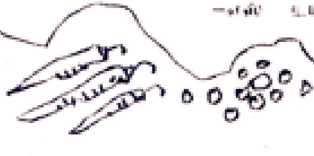
குழந்தைகளுக்கு வாங்கும் பொம்மைகள் அந்த அந்த வயதுக்கு ஏற்றதாக இருக்க வேண்டும்.



பாகற்காய் ஊறுகாய்

பாகல் வட்ட வட்டமாக மெலிசாக நறுக்கிக் கொள்ளுங்கள். ஒரு கரண்டி புளித் தண்ணீரை விட்டு லேசாக உப்புப் போட்டு நல்ல பதத்தில் வேக விடுங்கள். பின் நீரையெல்லாம் இறுத்து வடிகட்டி விட்டு சுத்தமாக உலர விடுங்கள் அரை மணி நேரம். தேவையான அளவு மிளகாய் வற்றல், வெந்தயம், பெருங்காயம் மூன்றையும் வறுத்துப் பொடி செய்து துளி உப்பு சேர்த்துக் கிளறவேண்டும். கொஞ்சம் நல்லெண்ணெயைப் பொங்கக் காய்ச்சி அதில் ஊற்றி கிளறி மூடி வைத்து விடுங்கள். உடனே பரிமாறலாம் இந்த ஊறுகாயை. துளி கூட கசப்பு இருக்காது. "பாகலா இது?" என்று தான் கேட்பார்கள். மூன்று நாட்கள் வரை கெடாது. சுவையாக இருக்கும்.

—எஸ். உமா.



முதலில் தொட்டிலில் தொங்கவிடும் ஆடும், சப்திக்கும் கிலுகிலுப்பை, பஞ்சடைத்த துணிப்பொம்மைகள், நல்ல பிரகாசமான வண்ணத்திலும் மிருதுவாகவும் இருக்க வேண்டும்.

பல் முளைக்கும் தருவாயில் குழந்தை கடிக்கக் கூடிய விதமானதும், நடக்க ஆரம்பிக்கும்பொழுதும், பிடித்துக் கொண்டு நடக்க, இழுத்துக் கொண்டு செல்லும், பொம்மைகளும் சிறந்தவை.

பிறகு சிந்தனையை வளர்க்கவல்ல, புத்தியை உபயோகிக்க வேண்டிய விளையாட்டு சாதனங்களை, குழந்தையின் வளர்ச்சிக்குத் தகுந்த மாதிரி, அவர்களுக்கு அக்கறையுள்ள பொருள்களை, அவர்கள் ஆசைக்கும், மனநிலைக்கும் ஏற்ற பொருள்களை அளிக்க வேண்டும். இவை கிரிக்கெட்மட்டை, கால் பந்து, மௌத் ஆர்கன், ஊஞ்சல் என்று எத்தனை எத்தனையோ.

இப்படித் தேர்ந்தெடுக்கும் விளையாட்டுக் கருவிகள், வாங்குமுன், இது நம் குழந்தைக்கு ஏற்றதா, உழைக்கக் கூடியதா, என்பதை யோசிப்பதுடன், இது பாதுகாப்பானதா, விபரீதத்தை விளைவிக்காததா அல்லது குழந்தைக்கு ஏதேனும் ஆபத்துநேர வாய்ப்புண்டா என்பதையும் தீர ஆலோசிக்க வேண்டும்.

தங்கள் தங்கள் குழந்தைகளை அபாயத்திலிருந்து காப்பாற்ற வேண்டிய பொறுப்பு பெற்றோர்களுடையதாகிறது. முன் ஜாக்கிரதையாக செயல்படுவது விபத்துக்களை, அடியோடு தவிர்க்காவிட்டாலும், பெருமளவு குறைக்கும்.

இதற்காக பெற்றோர்கள் நினைவு வைத்துக் கொள்ள வேண்டிய சில புத்திமதிகள்:

1. தரமான விளையாட்டுக் கருவிகளையே வாங்கவும்.

2. வாங்கும் பொழுது குழந்தையின் வயது, உடல் வளர்ச்சி மனப்பக்குவம் எல்லாவற்றையும், கருத்தில் கொண்டே தேர்ந்தெடுக்கவும்.

3. பெரிய குழந்தை, விளையாட உபயோகிக்கும் கருவிகள் சின்னக் குழந்தையின் கைக்கு அகப்படாமல் பார்த்துக்கொள்ளவும்

4. உடைந்த பொம்மைகள், தரக்குறைவான பொம்மைகளுடன், குழந்தைகள் விளையாடுவதைத் தவிர்க்கவும்.

5. வாங்கிய பொம்மை இன்னமும் பாதுகாப்பானதாக இருக்கிறதா என்று நடுநடுவில் சரிபார்க்கவும், உபயோகத்தில் பழுதடைந்து ஆபத்து விளைவிக்கக் கூடியதாக மாறலாம்.

6. வாங்கும் பொருள்களை உபயோகப் படுத்த வேண்டிய முறைகளைப் பற்றி குறிப்பிட்டிருக்கும் தகவல்களை கவனத்தில் கொண்டு, அதைப் பின்பற்றவும்.

7. பெரியவர்கள் மேற்பார்வையில் மட்டுமே உபயோகிக்கக் கூடிய சாதனங்களை, சிறுவர்களைத் தனியாக உபயோகிக்க அனுமதிக்க வேண்டாம்.

8. பொம்மைகள் தரையில் இறைந்திருந்தால், விளையாடியபின் அலமாரியிலோ, பெட்டியிலோ வைக்கும் பழக்கத்தை குழந்தைகளுக்கு ஏற்படுத்தவும்.

ஆதாரம்: ஐ எஸ். ஐ. புல்லெட்டின்.

ஜெயா. வி. ராமன்.

எல்லைகளின் விளிம்பில்

14

''மாடுமனை போனால் என்ன? — மக்கள்
சுற்றம் போனால் என்ன?
கோடிச் செம்பொன் போனால் என்ன? —
இனியே
குறுநகைப் போதுமடி —முருகன்
குறுநகைப் போதுமடி....''

அம்மாவின் சன்னமான குரல் சமையலறையிலிருந்து இழைந்து வந்தது. கல்லூரிக்குத் தயாராகிக் கொண்டிருந்த மாலுவுக்கு அம்மாவின் மேல் மெல்லிய அனுதாபம் ஏற்பட்டது. எதேச்சையாகப் பாடப் பட்ட வரிகளா அல்லது உள்ளுணர்வுகள் விழித்துக் கொண்டதன் பிரதிபலிப்பா என்று புரியவில்லை. மேலோட்டமாக அம்மா தனது வழக்கமான வெகுளித்தனத்தோடுதான் தென்பட்டாள். இப்பவும் சம்பந்தி செய்த சீர் வரிசைகளைப் பற்றிச் சிநேகிதர்களிடம் பெருமைப்பட்டுக் கொண்டாள். சித்ராவின் அழகையும் பாலுவின் உத்தியோக அந்தஸ்தையும் சமயம் கிடைக்க போதெல்லாம் வார்த்தைகளால் வெளிப்படுத்திக் கொண்டாள்.

''அரண்மனை மாதிரி வீட்டிலே சிறுசுகள் தனியா இருக்கு. எல்லாருமா சேர்ந்து இருக்கணும்னு ஆசை ஆசையா அவன் பெரிய வீட்டைப் பார்த்து அமர்த்தினான். இந்தக் கிறுக்குப் பொண்ணு ஒரேயடியா இந்த இடத்தை விட்டு நகர மாட்டேன்னுடுத்து!'' என்று மாலு உள்ளே இருப்பது நினைவில்லாமல் அவள் அவர்களிடம் பெருமையுடன் அலுத்துக் கொள்வது ஆரம்பத்



இல் மாலுவுக்கு எரிச்சல் ஏற்படுத்தியது. இப்பொழுது சமாதானமாகி விட்டது. அம்மாவுக்கு இது ஒரு 'ஸைக்கோ தெரபி' என்கிற உணர்வில்.

இந்த வார்த்தைகளால் அம்மா தன்னையே சமாதானப்படுத்திக் கொள்ளப்பார்க்கிறாள். தனது ஏமாற்றத்தை மறைக்கப் பார்க்கிறாள். இன்னும் பசுமையாக நினைவில் பனித்திட்டது அம்மாவின் முகம் அன்று போன தினுசு.

பானுவும் சித்ராவும் தேனிலவிலிருந்து திரும்பி வருகிற நாள் அன்று 'அவர்கள் வரும் நேரத்தை மனனம் செய்தபடி அம்மா ஆரத்தி கரைத்துத் தயாராகக் காத்திருந்தாள். அம்மாவின் படாடோப ஆர்வத்தில் சுவாரஸ்யம் காட்டாமல் தன் அறையில் அமர்ந்து புத்தகத்தில் ஆழ்ந்திருந்த அவளிடம் அம்மா நிஷ்டூரமாகச் சொன்னாள்.

''என்ன ஆயுடுத்துடீ உனக்கு? நானும் கண்டுக்காம இருக்கப் பார்க்கறேன். மனசு கேட்க மாட்டேங்கறது!''



''ஒண்ணும் ஆகல்லியே!'' என்றாள் அவள் வியப்புடன்.

''பிரம்மஹத்தி பிடிச்சவளாட்டம் உக்காந்திருக்கே! இன்னிக்கு பானுவும் சித்ராவும் வரான்னு தெரியுமோ இல்லையோ''

''தெரியுமே''

''கொஞ்சம்கூடப் பரபரப்பில்லாம இப்படி அசமஞ்சமாய் ஏன் உக்காந்திருக்கே''

''எதுக்குப் பரபரக்கணும்னு எனக்குப் புரியல்லேம்மா. பானு அன்னியமாயிட்டானா அதுக்குள்ளே நம்மாத்துப் பிள்ளை தானே''

''ஆனாலும் உனக்கு ரொம்ப ராங்கித்தனம். அந்தப் பெண் மேல உனக்கென்ன இப்படி ஒரு துவேஷம்னு என்னாலே புரிஞ்சிக்க முடியல்லே. இனிமே அவ நம்மாத்துப் பொண்ணு!''

அம்மாவின் முகம் போன போக்கைப் பார்த்து அவள் திடுக்கிட்டாள்.

''அம்மா. நீ ரொம்பப் பெரிய வார்த்தைகள் சொல்றே. எனக்கு யார் மேலேயும் துவேஷம் கிடையாது. உன்னோடு ஆரத்தி சுத்த வருவேனா இல்லையோன்னு தானேக் கவலைப்படறே சித்ரா வரட்டும். நானும் உன்னோட நிப்பேன். கவலைப்படாதே.''

''கொஞ்சம் வீட்டையெல்லாம் ஒழுங்குப்படுத்தி வைக்கக் கூடாதா'' என்றாள் அம்மா சற்று இறங்கிய குரலில்.

''வீடு எல்லாம் ஒழுங்காத்தான் இருக்கு. பானுவைப் பிடிச்சுக் கல்யாணம் பண்ணிண்டவள்னா இந்த வீட்டையும் அவளுக்குப் பிடிக்கணும். சித்ராவுக்காக இந்த வீட்டோட முகத்தை மாத்த முடியாது.''

''எல்லாத்துக்கும் விதண்டாவாதம் பண்ணு!'' என்று கோபத்துடன் இரைந்தபடி அம்மா உள்ளே சென்றதைப்பார்க்க அவளுக்கு எரிச்சல் ஏற்பட்டது.

பானுவுக்குக் கல்யாணம் நிச்சயமானதிலிருந்து அம்மாவுக்கு அவளது பேச்சுக்கெல்லாம் கோபம் ஏற்படுகிற மாதிரி இருந்தது. அலங்காரப் பூச்சில்லாத அவளது முகத்தையும் வெற்றுக் கழுத்தும் எளிய உடையுமான அவளது தோற்றத்தையும் காணக் காண அம்மாவின் ஆத்திரம் அதிகமாவதாகத் தோன்றிற்று.

''உனக்கு ஏன் இப்படி ஒரு துவேஷம்''

வார்த்தைகள் மீண்டும் மீண்டும் நினைவைச் சலனப்படுத்த அவள் அதிர்ந்தாள்.

வாஸ்தவத்தில் நம்முள் இருப்பது துவேஷம்தானா கோபத்திற்கும் துவேஷத்திற்கும் வித்தியாசமில்லையா?

''இனிமே அவ நம்மாத்துப்பொண்ணு!''

அவள் சட்டென்று உலுக்கப்பட்டவள் போல் நிமிர்ந்து உட்கார்ந்தாள்.

இந்த உண்மையை மறுக்கவோ புறக்கணிக்கவோ இனிமேல் முடியாது என்று தோன்றிற்று. சித்ராவின் பழைய சரித்திரத்தை நினைத்துக் கோபப்படுவதில் ஏதும் லாபமே இல்லை என்று அவள் தனக்குள்

சொல்லிக் கொண்டான். நியாயம் கூட இல்லை. பாலு அவனுடன் சந்தோஷமாக இருக்க வேண்டும் என்பதுதான் முக்கியம். எத்தனையோ பெண்கள் கல்யாணத்திற்கு முன் ஏக அசட்டுத்தனங்கள் செய்கிறார்கள். கல்யாணத்திற்குப் பிறகு சதி சாவித்திரிகளாக மாறுவதை அவளே கவனித்து வியந்திருக்கிறான். சித்ராவும் மாறலாம். கல்யாணத்திற்கு முன் அவள் எப்படியிருந்திருந்தாலும் நமக்கென்ன வந்தது கற்பைப் பற்றி எந்தவிதக் கட்டுப்பெட்டித்தனமான எண்ணங்களும் எனக்குக் கிடையாது என்று திரும்பத் திரும்பத் தன்னைச் சமாதானப் படுத்திக் கொண்டான். இனிமேல் அவள் பாலுவிடம் ஒழுங்காக, உண்மையான பிரியத்துடன் இருந்தால், அவனை சந்தோஷமாக வைத்தால்...

''மாலு, வாடி, கார் சத்தம் கேக்கறது!''

அவள் புதிய உற்சாகத்துடன் எழுந்தாள்.

''சாதாரணமாய் வீடுகளில் டீ தயாரிக்கும்போது, அதில், ஜீனி போட்டுத்தான் செய்வார்கள், ஆனால், டீக்கு, ஜீனியைவிட ''வெல்லம்'' போட்டுத் தயாரியுங்கள். முன்பைவிட தற்போது, தயார் செய்திருக்கும் டீ, சுவையாகவும், அருமையாகவும் இருக்கும்.''

—ஆர். வசந்தகுமார்.

சித்ரா வீட்டுக்கார் வாசலில் நின்றிருந்தது. அதிலிருந்து பாலு மட்டும் இறங்கினான். ஆரத்தித் தட்டைக் கையில் வைத்துக் கொண்டு நின்றிருந்த அம்மா ஏமாற்றத்துடன் பார்வையைத் துழாவிய படி கேட்டாள்.

''சித்ரா எங்கே பாலு.''

பாலு அவளை நேரிடையாகப் பார்க்காமல், சாமானைக் காரிலிருந்து எடுக்கிற பாவனையில் தலையைக் குனிந்த படி சொன்னான்.

''அவ அவளுடைய அப்பா வீட்டிலேயே ஏதோ அவசர வேலை இருக்குன்னு வழியிலே இறங்கிண்டா.''

அம்மாவின் முகம் சட்டென்று சுரத்தில்லாமல் தொங்கிப் போயிற்று.

''என்னடா பாலு இது!'' என்றாள் மனத்தாங்கலுடன்.

''அவ வரப் போறான்னு ஆசையா நாங்கக் காத்துண்டிருக்கோம்! இங்கே வந்து குளிச்சுட்டுச் சாப்பிட்டுட்டுப்போகப் படாதோ?''

''ஏதோ முக்கியமான வேலைன்னு சொல்றேனே இல்லையோ?''

சுளீரென்று வந்த தவனியில் அரண்டு நின்ற அம்மாவிடம் மாலு சமாதானமாக,

''எம்மா. பாலு தனியா இருந்தா என்ன? ஆரத்தி எடுக்கலாமோல்லியோ?''

அவளைப் பார்க்கவே தைரியமில்லாதவன் போல் அம்மா தலையைக் குனிந்தபடி,

''எடுக்கலாம் வா!'' என்றாள்.

அவர்கள் ஆரத்தி எடுக்கும் போது அப்பா உள்ளேயிருந்து வந்தார்.

''என்ன. இவன் தனியா நிக்கறான்?''

''சித்ராவுக்கு ஏதோ அவசர வேலையிருக்கதாம் பிறந்தாத்திலே. அப்புறம் வருவா'' என்றாள் அம்மா முந்திக்கொண்டு.

''சரிதான்'' என்று அப்பா சுலபமாக சமாதானமாகிப் போனார். பாலு வழக்கம் போல் பாட்டு பாடிக் கொண்டு குளித்தான். ரேழியில் இருந்த ரஸம் போனக் கண்ணாடியில் தலை வாரிக் கொண்டான்.

சித்ராவைப் பற்றின உண்மை இவனுக்கு தெரிந்தால் இந்தக் கண்ணாடியைப் போல் இவனும் சுக்கலாகிப் போவான் என்று மீண்டும் மீண்டும் மனத்தில் ஏற்படக் கலவரத்தை விரட்ட மாலு முயற்சிக்கையில் அம்மா பாலுவிடம் பழைய சகஜத்துடன் பேசினாள்.

''நாலு நாள் முன்னாலே உங்க மாமனார் வந்திருந்தார் பாலு. நீ வேலை பார்க்கிற ஃபாக்டரி பக்கத்திலே சௌகர்யமா பெரிய வீடு பார்த்திருக்காராம். நீங்க எல்லாரும் அங்கே ஷிஃப்ட் பண்ணிடலாம். நல்ல நாள் பாருங்கோன்னார்...''

தலையை வாரிக் கொண்டிருந்த பாலுவின் கைசற்று தயங்கி நின்றதை மாலு கவனித்தாள்.

அம்மா எதையும் கவனிக்காமல் தனது வெகுளித்தனத்துடன் தொடர்ந்தாள்.

''எல்லோரும் சேர்ந்திருந்தா நன்னாத்தான் இருக்கும். புறாக்கூண்டு மாதிரி இந்த வீடு. சித்ரா வந்தாலும் போராதுதான். நல்ல ஏற்பாடுன்னு எனக்கும் தோணித்து..''

பாலு கண்ணாடியில் தன் உருவத்தைப் பார்த்துக் கொண்டே சொன்னான்.

''அப்பாவுக்கும் மாலுவுக்கும் ரொம்ப தூரமாயிருக்கும் அந்த வீடு. ஆபீஸுக்கும் ஜே. என். யூவுக்கும்...''

ஆர்வத்துடன் ஆரம்பித்திருந்த அம்மாவின் முகம், சற்று இறங்கிற்று.

''அதான் மாலுவும் சொல்றா. நீ வேணும் போய் அங்க இரு. நானும் அப்பாவும் இங்கேயே இருக்கோம்ங்கறா...''

''நன்னாயிருக்கே, இவாளை விட்டுட்டு நீ எப்படி வருவே?''

அம்மாவின் முகபாவத்தைப் பார்க்க தைரியம் இல்லாமல் மாலு பேப்பர் படிக்கும் பாவனையில் ஆழ்ந்தாள். அம்மாவின்

வளரும் வயதில் குழந்தைகளுக்குத் தேவை காம்ப்ளான்



காம்ப்ளான்®

ஒன்றில்தான் அவர்களுக்கு அன்றாடம் தேவைப்படும் 23 ஊட்டச் சத்துக்கள் அடங்கியுள்ளன

வளரும் குழந்தைகளுக்கென்றே சிறப்பான சில தேவைகள் உள்ளன. அவர்களுடைய வளர்ச்சிக்கு நேரடியாக வழங்கக்கூடிய ஊட்டச்சத்துக்களான புரதங்கள் அவர்களுக்கு தேவை.

வளரும் வயதில் அவர்களுக்குத் தேவைப்படும் மிகச்சிறந்த புரதம் மற்றும் 22 மூலாதார ஊட்டச்சத்துக்கள் அளிக்கிறது காம்ப்ளான். உங்கள் குழந்தைக்கு அன்றாடம் இருவேளை அளியுங்கள் காம்ப்ளான்.

காம்ப்ளான் கிடைக்கிறது இனிய சுவைகளில்: சாக்கலேட், ஏலக்காய்—குங்குமப்பூ மற்றும் ஸ்ட்ராபெர்ரி—மற்றும் சாதாரகத்திலும் கூட.

திட்டமிட்ட பரிபூரண உணவு - காம்ப்ளான்®

GKSE.884 GLC.2012.6.Tam.R

குரல் தயக்கத்துடன் வெளிப்பட்டது.

"சித்ராவும் சிறிசுதானே தாயில்லாத பொண்ணு வேறே. நம்மாத்து சமையல் வழக்கம் எல்லாம் சொல்லித் தரணும்—பெரியவளா இங்கேயே இருக்காமே குடித்தனத்தை ஆரம்பிச்சு வைக்கலாம்னு நினைச்சேன்."

பாலுவின் குரலில் மெல்லிய எரிச்சல் தென்பட்டது.

"இந்த சம்பிரதாயம் எல்லாம் வேண்டாம்மா! எங்க உலகத்தோட சம்பந்தமில்லாத ஒரு உலகத்திலே நீ உக்காந்திருக்கே. சித்ரா சமைக்கப் போறதில்லே. அவாத்துல இரண்டு சமையல்காரா இருக்கா. ஒருத்தர் எங்களோட வரப் போறார்!"

மாலு சட்டென்று அம்மாவை நிமிர்ந்து பார்த்தாள். அம்மாவின் தாடை விழுந்து போயிருந்தது. கண்கள் மெலிதாக அதிர்ச்சியில் அகன்று புருவங்கள் உயர்ந்திருந்தன. நீர் தளும்பப் பார்த்ததை உள்ளுக்கிழுத்துக் கொண்டு சமாளிக்கிறாள் என்று தெரிந்தது.

நாட்டுப் பெண் வரப் போகிறாள் என்று அம்மா ஆசையாகச் செய்த விருந்தை அவளும் பாலுவும் மௌனமாகச் சாப்பிட்டார்கள். அவளுடன் பேச இப்பொழுது பாலுவுக்கு விஷயங்களே இல்லாமற்போன மாதிரி இருந்தது...

அவள் சாப்பிட்டு எழுந்ததும் அம்மா சமையலறையிலிருந்து எட்டிப் பார்த்துச் சொன்னாள்.

"சாயந்திரம் சித்ராவை அழைச்சுண்டு வந்துடு பாலு!"

"பார்க்கலாம்" என்று பாலு பட்டுக் கொள்ளாமல் சொல்லிவிட்டு ஆபீஸுக்குக் கிளம்பினான்.

அவனைப் பார்க்க தைரியமில்லாதவள் போல் அம்மா தனக்குள் பேசிக்கொண்டாள்.

"என்னமோ எனக்கு அஞ்ஞானம்!"

காலேஜுக்குக் கிளம்பிக் கொண்டிருந்த மாலுவுக்குக் காரணம் புரியாமல் சுரீரென்று ஆத்திரம் வந்தது.

"அஞ்ஞானப்படு! நீதான் கஷ்டப்படப் போறே! யாரும் மாறப் போறதில்லே!"

அம்மாவுக்குத் தன் வார்த்தைகள் புண்படுத்தியிருக்கும் என்று பிறகு பரிதாபமேற்பட்டது.

சித்ரா அன்றும் வரவில்லை. பிறகும் வரவில்லை. பாலுவைத் தவிர வேறு யாரும் தன்னைச் சேர்ந்தவர்களாக அவள் நினைக்கவில்லை என்று தெளிவாகத் தெரிந்தது.

அம்மாவின் ஜாடை மாடை அங்கலாய்ப்பின் விளைவாய், புதிய வீட்டிற்குச் சென்றதும் ஒரு விருந்தாளியை அழைத்துக் கொண்டு போவது போல் பாலு அப்பாவையும் அம்மாவையும் அழைத்துக் கொண்டு போய் வீட்டைக் காண்பித்துக்கொண்டு விட்டான். அம்மாவின் மனத்தாங்கல் எல்லாம் நிமிஷமாய் மறைந்து போயிற்று. அடுத்த ஒரு வாரத்திற்கு மாட்டுப் பெண் தங்களுக்குச் செய்த உபசாரத்தையும் வீட்டை அலங்கரித்திருந்த நேர்த்தியையும் சொல்லிச் சொல்லி சந்தோஷப்பட்டாள்.

பாலு கிளம்பிப் போய் மூன்றுமாதங்கள் ஆகிவிட்டன. சித்ரா இன்னும் ஒரு முறை கூட இந்த வீட்டுக்கு வரவில்லை என்னும் ஆதங்கம் அம்மாவின் பேச்சுக்கிடையில் வெளிப்பட்டாலும்,

"செல்லமாய் வளர்ந்த பொண்ணு பாவம், தாயில்லாப் பொண்ணு வேறே. அதுக்கு என்ன தெரியும்" என்று அம்மா அவசரமாக சமாதானப்படுத்திக் கொண்டாள். "எங்கேயோ குழந்தைகள் சௌக்கியமாயிருந்தா சரி."

கிட்டத்தட்ட இதே பாணியில் இன்றும் அம்மா எந்தக் காரணத்திற்கோ தனக்குள் புலம்பி சமாதானமாகிக் கொண்டிருந்த போது அவள் காலேஜுக்குப் புறப்பட்டாள்.

முணுக்முணுக்கென்று ஒரு கேள்வி உள்ளுக்குள் அரித்தது.

> உளுந்தை வடைக்கு அரைக்கும் போது நீர் அதிகமாகி விட்டதா? கவலையில்லாமல் ஒரு கை பயத்தம் பருப்பைப் போட்டுக் கிளறி மாவை மூடி வைத்து விடுங்கள். சிறிது நேரத்தில் நீரெல்லாம் உறிஞ்சப்பட்டு மாவு பக்குவமான பதமாக இருக்கும். பருப்பெல்லாம் நறுநறுவே பொரிந்து வடையும் பிரமாதமாக இருக்கும்.
>
> —எஸ். உமா.

"எங்கேயோ... சௌக்கியமா இருந்தா சரி..."

பாலு சந்தோஷமாக இருக்கிறானா சந்தோஷமாக இல்லாவிட்டாலும் தன்னிடம் அதைத் தெரிவிப்பானா?

அன்று பிற்பகல் சாப்பாட்டிற்குப் பிறகு திலீப் பானர்ஜியுடன் பேசியபடி புல்வெளியில் அவள் நடந்து கொண்டிருக்கையில்,

"மாலு!" என்று உரக்கக் கேட்ட குரலை உணர்ந்து அவள் வியப்புடன் திரும்பிப் பார்த்தாள். பாலு அவளை நோக்கிக் கையை அசைத்து விட்டு விரைந்து வந்து கொண்டிருந்தான். குபீரென்று பழைய உத்வேகத்துடன் அவளுள் உற்சாகமும் சந்தோஷமும் பரவிற்று.

சின்னப் பெண்ணைப் போல் கையசைத்து "ஹாய்!" என்றாள்.

பாலுவின் உருவம் கிட்டத்தட்ட நெருங்கியதும் திடுக்கிட்டாள், அதில் தெரிந்த வாட்டத்தைக் கண்டு.

(தொடரும்)

செனா படூரா

தேவையான பொருட்கள்: செனாவிற்கு

காபூலி செனா — கால் கிலோ,
(வெள்ளை கொத்துக் கடலை)
(சோடா சேர்த்து 10 மணி நேரம் ஊற வைக்க)
சமையல் சோடா — 1 சிட்டிகை,
எண்ணெய் — 4 தேக்கரண்டி,
பெரிய வெங்காயம் — 3 — அரைத்து வைக்க.
இஞ்சி — 1 துண்டு (அரைத்துவைக்க)
வெள்ளைப்பூண்டு—4 பல் (அரைத்து வைக்க),
பழுத்த தக்காளி — கால் கிலோ(சிறி துண்டுகளாகச் செய்க)
பச்சை மிளகாய் — 3 நீண்ட துண்டு களாக நறுக்கவும்.
புளி — 1 சிறிய எலுமிச்சை அளவு — 1 கப் தண்ணீரில் கரைத்துவைக்கவும்
வெல்லம் — 1 சிறிய அச்சு,
தனியா பொடி — 2 தேக்கரண்டி,
மிளகாய்ப் பொடி — ஒன்றரை தேக்கரண்டி,
சீரகப் பொடி — 1 தேக்கரண்டி,
மஞ்சள்பொடி — அரை தேக்கரண்டி,
கரம் மசாலா பொடி — அரை தேக்கரண்டி,
உப்பு — தேவைக்கேற்ப.
மேலே தூவ —பெரிய வெங்காயம்—1
மெல்லியதாக கொத்தமல்லி இலை — கொஞ்சம் — பொடி யாக நறுக்க.

செய்முறை:

குக்கரை அடுப்பில் வைத்து எண்ணெ விட்டுக் காய்ந்ததும் வெங்காய விழுதைப் போட்டு பொன்னிறமாக வதக்கவும். இஞ்சி, பூண்டு, விழுதைச் சேர்த்து 2 நிமிடம் வதக்கிய பின் தக்காளித் துண்டுகளைப் போடவும். தக்காளி உரு தெரியாமல் வதக்கவும். பிறகு உப்பு மற்றும் கரம் மசாலாவை தவிர மற்ற எல்லாச் சாமான்களையும் போடவும். 2 நிமிடம் கலந்த பின் ஊற வைத்த செனாவைப் போட்டு 4 கோப்பை தண்ணீர் விட்டு கலக்கவும். கொதி வந்த பின்பு குக்கரை 4 விசில் வரும் வரையில் வேகவைத்து பின்னர் இறக்கி விடவும். குக்கர் ஆறிய பின் திறந்து தேவையான உப்பைச் சேர்த்து 10 நிமிடம் நன்கு கொதிக்க விடவும். இறக்குவதற்கு முன்பு கரம் மசாலாப்பொடியை கலக்கவும்.

பரிமாறும் முன்பு கொத்துமல்லி தழை, வெங்காயம் தூவவும்.



குறிப்பு: உப்பு சேர்த்து குக்கரை மூடி போட்டு செனாவை வேகவைத்தால் தோல் முழுதும் உறிந்து விடும்.

தேவையான பொருட்கள்: படூராவிற்கு

மைதா மாவு — அரை கிலோ,
உருளைக் கிழங்கு — 4 பெரியது,
சமையல் சோடா — 1 டீஸ்பூன்,
கட்டி தயிர் — 1 கோப்பை,
உப்பு — 1 டீஸ்பூன்.
பொரித்தெடுக்க எண்ணெய்,
(கடலை எண்ணெ, பாம் ஆயில், ஏதாவது.)

மாவு பிசைவதற்கு முன்பு கவனிக்க வேண்டியவை:

இந்த மாவை தாம்பாளம், பேஸினில் பிசைவதை விட தரை அல்லது சமையல் மேடையில் பிசைவதே நல்லது. முதலில் மாவு பிசைய வேண்டிய இடத்தை நன்கு கழுவி துடைத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

உருளைக் கிழங்கை வேக வைத்துக் கொள்ளவும். வெந்தபின், சூடாக இருக்கும் போதே தோலியை உரிக்க வேண்டும். கிழங்கை பச்சைத் தண்ணீர் போடவோ அலம்பவோ கூடாது

மைதாவை சோடாவுடன் சேர்த்து 2 முறை நன்கு சலிக்கவும். பிறகு உப்பை நன்கு கலந்து சூடாக இருக்கும் உருளைக் கிழங்கை மாவின் இடையில் வைத்து மசிக்கவும். இரண்டு கைகளையும் உபயோகித்து மாவும், கிழங்கும் ஒன்று சேரும்படி தேய்த்துப் பிசையவும். பிறகு கொஞ்சம் கொஞ்மாக தயிரை ஊற்றிக் கொண்டு பூரி மாவு பதம் வந்தவுடன் தயிர் சேர்ப்பதை நிறுத்தவும். இரண்டு கைகளாலும் மாவை நன்கு அடித்துப் பிசையவும். சொட்டுத் தண்ணீர் கூட சேர்க்கக் கூடாது. இந்த மாவை ஒரு மெல்லிய ஈரத் துணியில் மூடி 2 மணி நேரம் ஊற வைக்கவேண்டும்.

ஊறிய பின்பு சிறிய எலுமிச்சை அளவில் மாவை உருட்டிக் கொண்டு லேசாக மைதா மாவை தொட்டுக் கொண்டு வட்டமாக அப்பளங்களின் அளவில் இட்டுக் கொண்டு சூடான எண்ணெயில் பொரித்து எடுக்கவேண்டும்.

இதைத் தயாராக இருக்கும் சொவுடன் பரிமாறவும்.

—ஆர். பத்மினி.

குளிர்காலமாச்சே!

● கம்பளித் துணிகள் எப்போதும் ஈரப்பசை இல்லாமல் நன்கு காய்ந்திருக்க வேண்டும்.

கம்பளித் துணிகளை டிரை வாஷ் செய்யலாம். இல்லையென்றால் வீட்டிலேயும் துவைக்கலாம். சோப்புத் தூள் கலந்த நீரில் அதிகம் ஊற வைக்காமல் துவைத்து லேசாக பிழிந்து உலர்த்தவும். தண்ணீரில் நனைப்பதற்கு முன் ஒரு காகிதத்தில் அதன் அவுட்லைனை வரைந்து கொள்ளவும். பிறகு உலர்ந்தவுடன் அதை ஏற்கெனவே வரைந்து வைத்ததன் மேல் வைத்து அதற்கு தகுந்தாற்போல இழுத்து விட்டுக் கொள்ளவும். உலர்த்தும் போது, அதை கொடியில் தொங்க விடாமல் சமமான தரையில் சூரிய வெளிச்சம் படாமல் உலர்த்தவும்.

கம்பளித் துணிகளில் ஏற்படும் கறைகளை நீக்க, ஒரு பக்கெட்டில் நல்ல கொதிக்கும் நீர் எடுத்துக் கொள்ளவும். கறை பட்ட இடத்தை ஆவி முழுவதும் படும்படி வைத்துக் கொள்ளவும். சிறிது நேரம் கழித்து மிருதுவான பிரஷ் கொண்டு மெல்ல தேய்த்துக் கறையை நீக்கவும். மற்றொரு முறை கறைபட்ட கம்பளித் துணியைத்தரையில் விரித்து ஒரு துணியில் கொஞ்சம் பெட்ரோல் நனைத்துக் கொண்டு கறையின்மேல் லேசாகத் தேய்க்கவும்.

கம்பளித் துணியின் மேல் அதிகமாக தூசி படிய வாய்ப்பிருக்கிறது. அதனால் தினமும் உபயோகித்த பின் பிரஷ் செய்து வைக்கவும். ஒவ்வொரு நாள் உபயோகத்திற்குப் பின்னும் அதற்கு ஒருநாள் ஓய்வு கொடுக்க வேண்டும். இப்படிச் செய்வதால் கம்பளித் துணியில் ஆயுள் இரட்டிப்பாக நீடிக்கிறது.

குளிர்காலம் முடிந்தவுடன் கம்பளித் துணிகளை அலட்சியமாக வைத்து விட்டீர்களானால் அடுத்த குளிருக்கு அதை நீங்கள் மீண்டும் உபயோகிக்க முடியாது. நீங்கள் மிகவும் கவனமாக அவைகளைப் பாதுகாக்க வேண்டும். ட்ரைவாஷ் செய்து நன்றாகக் காய வைத்து பிரஷ் செய்து மடித்து வைக்கவும். பூச்சி மருந்தை சிறிய துணியில் முடித்து தாராளமாக அதன் மடிப்புகளில் போட்டு வைக்கவும். ஒவ்வொரு துணியையும் ஒரு பாலிதீன் பைகளில் போட்டு வைக்கலாம். இவைகளை வைக்கும் அலமாரியின் தட்டுகளில் டர்ப்பன்டைனை தெளித்து வைத்தால் கரப்பு வருவதைத் தடுக்கலாம்.

-கலாமூர்த்தி

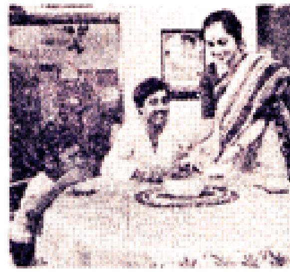
முகம் மலர்ந்து புன்னகை புரிந்திட மூன்று வழிகள்



சேவரிட் சேமியாவிலிருந்து தயாரிக்கப்பட்ட 'தயிர் சேமியா' அருந்தியதால் முகத்தில் அரும்பும் இளநகை.



சேவரிட் சேமியாவிலிருந்து தயாரிக்கப்பட்ட சுவையான உப்புமாவை சுவைத்ததால் ஏற்படும் பெருநகை.



சேவரிட் சேமியாவிலிருந்து தயாரிக்கப்பட்ட பாயாசத்தின் சுவையை கண்டுணர்ந்ததால் ஏற்படும் கூட்டுச்சிரிப்பு.

புதிய
சேவரிட்
சேமியா
தித்திப்போ அல்லது காரமோ உங்களுக்கு விருப்பமான ஆகாரத்தை தயாரித்திட...

ஒரே வகையான உணவை தின்று தின்று சலித்துவிட்ட நீங்கள் புதிய சேவரிட் சேமியாவின் உதவியால் ஒரு மாற்றத்தை ஏற்படுத்துங்கள்.

சிறந்தது, சுவையானது, சமைக்கும் போது கட்டியாவது இல்லை. 5 நிமிடங்களில், விரைவாக, மிக எளிதாக தயாரிக்கலாம்.

பொன்னிற சேவரிட்

தித்திப்போ அல்லது காரமோ உங்களுக்கு எது விருப்பமோ அதனை பொன்னிற சேவரிட் கொண்டு தயார் செய்திடுங்கள். அவர்களது மலர்ந்த முகம் காட்டிவிடும் அதன் தெவிட்டாத சுவையை.

உப்புமா-சேவரிட் வழங்கும் சுவையான காலை உணவு. உங்கள் அன்புக்குரியவர் அலுவலகம் செல்லும்போது கொடுத்து அனுப்ப.

தயிர் சேமியா—பள்ளியிலிருந்து துள்ளிவரும் குழந்தைகளின் மாலைநேர பசியை ஆற்றிட சேவரிட் வழங்கும் 'தயிர் சேமியா' (செய்முறை கீழே தரப்பட்டுள்ளது).

பாயசம்—அறுசுவை உணவை உண்டபின், தேன்சுவை பாயசம் அருந்த வேண்டாமா? சேவரிட் சேமியாவிலிருந்து பாயசம் தயாரித்திடுங்கள். அதன் சுவையை அனுபவித்திடுங்கள்.

சேவரிட், சுகாதார முறையில், கைகள் படாமல், நவீன ஸ்விஸ் இயந்திரத்தினால் தயாரிக்கப் படுபவை. 200 கிராம் மற்றும் 400 கிராம் சீல் செய்யப் பட்ட பாக்கெட்டுகளில் வருகின்றன. இன்றே சுவைத்துப் பாருங்கள்.

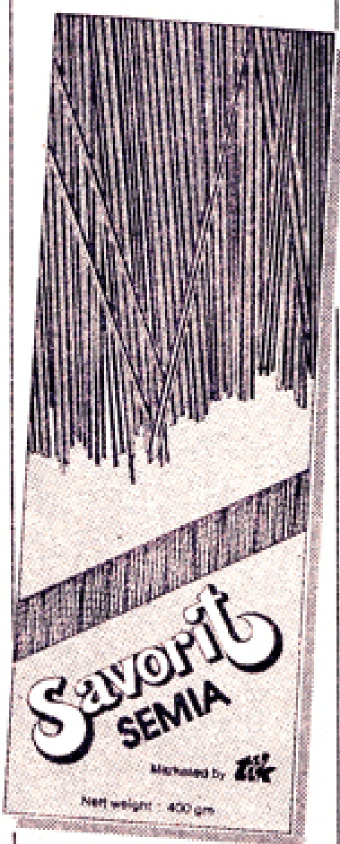
தயாரிப்பாளர்கள்: யுனைடெட் இந்தியா மெக்கரோனி, திண்டுக்கல்-624 310 (தமிழ்நாடு)

செய்முறை:

தேவையான அளவு நீரை கொதிக்க வைத்து, சிறிதளவு உப்பை சேர்த்து சேவரிட் சேமியாவை அதிலே போட்டு வேக வையுங்கள். பிறகு கீழே இறக்கி, வேண்டிய அளவு தயிரோடு அதனை கலந்திடுங்கள். உங்கள் சுவைக்கு ஏற்ப வெங்காயம், கொத்துமல்லி, கறிவேப்பிலை, மிளகாய் இவற்றை அளவோடு அதிலே கலந்து கொண்டால், சுவையான 'தயிர் சேமியா' தயாராகிவிடும். உங்கள் நாவிலே நீர் ஊற்றெடுக்கும்.



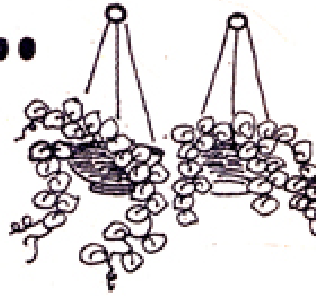
சேவரிட் சேமியா ஆகாரம்
பல்சுவை நிறைந்த பலகாரம்



வழங்குவோர் TTK

Sista's-UIM-1219/84-Tam

மொட்டை மாடியில்... ஆரஞ்சு மரம்!



வீட்டில் இடம் இல்லாதவர்கள், பூச்செடிகளை எப்படி வளர்க்கலாம் என்று பலர் கேட்கிறார்கள். இவர்களது ஆசை நிறைவேற ஒரே வழி... ''தொட்டிகளில்'' செடிகளை வளர்ப்பது தான். இது கொஞ்சம் செலவு பிடிக்கும் வேலைதான். இருந்தாலும், நல்ல கவனத்தை ''தொட்டிகளின்'' மீது செலுத்தினால், உங்களது வீட்டை எழில் கொஞ்சும் பூந்தோட்டமாக மாற்றிவிடலாம். மொட்டை மாடி இருந்தால், தொட்டியில் காய்கறி செடிகளை வளர்த்து, வீட்டிற்குத் தேவையான காய்கறிகளையும் இதில் இருந்து பறித்துக் கொள்ளலாம்.

விலையும் - வகைகளும்

இன்று தொட்டிகளின் விலை எல்லாம் அதிகம். பொதுவாக ''மண் தொட்டியில்'' பூச்செடிகள் வைத்தால் மிகவும் அழகாக இருக்கும். அதேசமயம் விலையும் சற்றுக் குறைவு. ஒரு மண் தொட்டி விலை ரூ. 4 முதல் ரூ. 6 வரை ஆகிறது. இதில் பல்வேறு அளவுகளில் கிடைக்கிறது. தற்பொழுது பிளாஸ்டிக்''தொட்டிகளும்'' மார்க்கெட்டில் விற்கிறது. இது அதிகமாக பளு இருப்பதில்லை. எளிதாக வேறு இடங்களுக்கும் மாற்றி வைக்கலாம். சீக்கிரத்தில் உடைவதுமில்லை.

முதலில் என்ன செய்யவேண்டும்?

1. நீங்கள் என்னென்ன பூச்செடிகள் வைக்க இருக்கிறீர்கள் என்பதைத் தீர்மானித்துக் கொள்ள வேண்டும். பிறகு உங்களது ஊரில் எந்த வகை செடிகள் கிடைக்



கும் என்பதைக் கணக்கிட்டுக்கொண்டு, அதற்கேற்ப மொத்தமாகத் தொட்டிகள் வாங்கிக் கொள்ளலாம்.

2. தொட்டிகளுக்கு அழகிய நிறம் பூசலாம். தொட்டிகளில் வைக்கும் செடிகளின் நிறத்திற்கு ஏற்ப, தொட்டியின் மீது நிறம்



பூசலாம். இப்படி பூசுவதால், தொட்டிகளை வேறு இடத்திற்கு மாற்றி வைத்து, அடுக்க சௌகரியமாக இருக்கும்.

3. வீட்டில் எங்கு எந்த செடிகளை வைக்க வேண்டும் என்பதையும் கணக்கிட்டுக் கொள்ளுங்கள். உதாரணத்திற்கு, வீட்டின் முன்புறம் வாசல் ஓரங்களில், மற்றும் வீட்டின் இருபுறம் தொட்டிகளை வரிசையாக வைத்து, அதில் பூச்செடிகளை பூக்களின் நிறத்திற்கு ஏற்ப, மாற்றி மாற்றி வைக்கலாம். இப்படிச் செய்தால், பார்ப்பதற்கும் எடுப்பாக அமையும்.

4. மொட்டை மாடி இருந்தால், ''தொட்டிகளில்'' காய்கறிகளைப் பயிரிடலாம். காய்கறி பயிரிட, சற்று பெரிய தொட்டிகளாக வாங்கிக் கொள்ள வேண்டும் மொட்டை மாடிகளில் பிரகாசமான சூரிய வெளிச்சம் கிடைக்கும். காய்ப்பும் சிறப்பாக இருக்கும்.

5. இன்று மொட்டை மாடியில் 'கும்க்வாட்'' ஆரஞ்சு மரம் கூட வளர்க்கிறார்கள். தொட்டியில் வளர்க்கும் மரம் ஒன்றுக்கு 500 பழங்களும் கிடைக்கிறது. தொட்டிகளில் நடப்பட்ட மரத்தை அதிக உயரம் போகாமல் தடுக்க, நடப்பட்ட மரம் ஒரு வயதினையும், ஒரு அடி உயரத்தையும் அடைந்த பின் ஆணிவேரை செடியில் வெட்டி விட்டால், மரம் அதிக உயரம் வளருவதில்லை.

கவனத்தில் கொள்ள வேண்டியவை:-

பலர் தொட்டியில் செடிகளை வளர்க்க ஆசைப்பட்டு, வெறும் மண்ணை எடுத்து, அதில் போட்டுவிட்டு, செடி நட்டு விடுகிறார்கள். ஆனால், செடி சரியாக வளருவது இல்லை. என்று வருத்தப்பட்டுக்கொண்டிருக்கிறார்கள். தொட்டியில் இருப்பதோ சிறிய இடம். அதில் உள்ள மண்ணில் இருக்கும் சத்துதான் செடிக்குப் போய்ச் சேரும். ஆகவே, சீரான சத்துக்களை செடிகளுக்குத் தந்தால் தான் அவைகள் ஊட்டமாக வளரும். இதற்குத் தொட்டியில் போடும் மண் அதிகச் சத்துக் கொண்டவையாக இருக்க வேண்டும்.

மண் கலவை:

முதலில் தொட்டிகளில் ''மண்'' நிரப்ப மண்கலவையைத் தயார் செய்து கொள்ள வேண்டும். இதற்கு செம்மண் அல்லது நல்ல வண்டல் மண், மணல், தொழுஉரம் (மக்கிய இயற்கை உரம்) இவைகளை 1:1:2 என்ற விகிதத்தில் நன்கு கலந்து கொள்ள வேண்டும். இதில் இருக்கும் கல், குப்பை, போன்றவைகளை எடுத்து விட வேண்டும். இத்துடன் 40 கிராம் அளவு ''சூப்பர் பாஸ்பேட்'' என்னும் உரத்தினையும் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். சிறிது சுண்ணாம்பு தூளையும் இதனுடன் போடலாம்.

செடி நடுதல்:

தொட்டியின் அடியில் உள்ள துவாரத்தை சிறிய ''ஓடு துண்டால்'' அடைத்துவிட வேண்டும். பிறகு மேற்சொன்ன ''மண் கலவை'' கொஞ்சம் போட வேண்டும். நாம் எந்தச் செடியை நட இருக்கிறோமோ, அந்தச் செடியின் வேர்ப்பாகத்தை தொட்டியின் மையப் பகுதியில் வைக்க வேண்டும். பிறகு அதன் இருபுறங்களிலும் மண்ணைப் போட வேண்டும். பிறகு கையால் மெதுவாக மண்ணை அழுத்தி விட வேண்டும். தொட்டியின் மேல் பாகம் முழுவதும் மண்ணை நிரப்ப வேண்டாம். தொட்டியில் கொஞ்சம் இடம் வேண்டும். ஏனெனில் நீர் ஊற்ற, செடிகளுக்கு நீர் நிற்க, சற்று இடம் வேண்டும்.

காய்கறியான தக்காளி, போன்றவைகளை தொட்டியில் நடும் பொழுது, தொட்டியில் சற்று அதிகமாக இடம் விட வேண்டும். காரணம் 30 நாட்கள் கழித்து அதற்கு மேல் உரம் போட வேண்டும். அப்பொழுது, தொட்டியில் உள்ள மண்ணைக் கிளறி விட இடம் வேண்டும்.

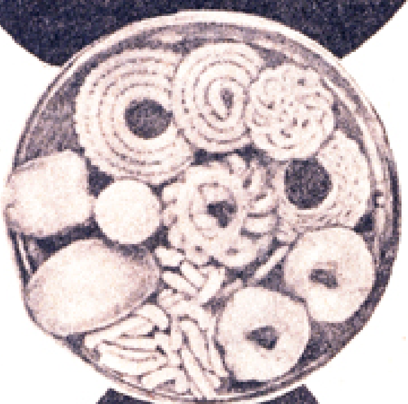
சிறிய செடிகள் அல்லது நாற்றுக்கள் இருந்தால், அவைகளை சிறிய தொட்டிகளில் நடலாம். பிறகு செடி சற்று பெரியதாக வளர்ந்த பிறகு, பெரிய தொட்டிகளுக்கு மாற்றிக் கொள்ளலாம். முதலில் தொட்டிகளில் செடிகளை நடுவது பொதுவாக நிழலில் செய்ய வேண்டும். பிறகு தொட்டிகளை நேரிடையாக சூரிய வெளிச்சம் அதிகம் படாமல், அதேசமயம் நல்ல வெளிச்சம் இருக்கும் இடத்தில் வைக்கவேண்டும்.

ஒரு பெரிய வாளியில் தண்ணீரை ஊற்றிக் கொண்டு, செடி நடப்பட்டுள்ள தொட்டியை அப்படியே சிறிது நேரம் அதில் மூழ்க்க வேண்டும். தண்ணீர் நன்கு உறிஞ்சிக் கொண்டவுடன், தொட்டியை

அதிகப்படியான சர்க்கரையை, இனிப்புப் பதார்த்தத்தை உட்கொள்வது, மனித குணத்தை வெகுவாகப் பாதிக்கிறது என்று உணவு விஞ்ஞான ஆராய்ச்சியாளர்கள் அபிப்பிராயப்படுகிறார்கள். அதிகப்படியான சர்க்கரை இளைஞர்களை அதிக உத்வேகமுள்ளவர்களாக ஆக்கி, சமூக விரோதச் செயல்களைச் செய்யத் தூண்டுகிறது. இப்படிப் பட்ட இளம் குற்றவாளிகளின் உணவிலிருந்து 50 சதவிகிதம், சர்க்கரையைக் குறைத்துவிட்டால், அவர்களின் குணம் பெருமளவு அமைதியுறுகிறது. என்று இந்த விஞ்ஞானிகள் ஆதாரபூர்வமாகக் கூறுகிறார்கள்.

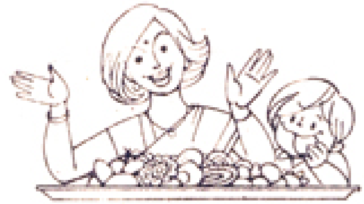
—ஜெயா வி. ராமன்.

அறுசுவை உணவின் ஆதார சுருதி!



உஷா

டபிள்–ரிபைண்ட் கடலை எண்ணெய்



சமையல் கலையில் உங்கள் கைவண்ணம் உயிர் ஊட்டம் பெற... உஷா டபிள் ரிபைண்ட் கடலை எண்ணெய். அன்றாடச் சமையலுக்கும், இனிப்பு மற்ற தின்பண்டங்கள் தயாரிக்கச் சிறந்தது. எளிதில் செரிக்கக் கூடியது. இதயத்துக்கு இதமானது.

உஷா—சுத்தம், சுவை, மணம், சிக்கனம். 15 கிலோ டின்களில் கிடைக்கிறது.



தயாரிப்பாளர்கள்:

B.S.P.
ரிஃபைனரீஸ்

சேலம் 636 009

உயர் தரம்!
உன்னத சேவை!
உஷா வழங்கிடும் உத்தரவாதம்!

ADWAVE USHA

வெளியே எடுத்து விட வேண்டும். பிறகு உங்களுக்குத் தேவையான இடத்தில் தொட்டிகளை வைத்து விடலாம். ''பூவாளியை'' உபயோகித்து, செடியின் மீது இரு தினங்களுக்கு ஒரு முறை நீர் தெளிக்கலாம். செடியில் காணப்படும் பழுத்த, காய்ந்த இலைகள் இருந்தால் அவைகளைப் பறித்து விட வேண்டும். ஏதேனும் பூச்சி, நோய், தென்பட்டால், அதற்குரிய மருந்துகளை அடிக்க உங்களது ஊரில் இருக்கும் தோட்டக்கலை அலுவலரை, நாடினால், நிச்சயம் அவர்கள் எல்லா உதவிகளையும் செய்வார்கள்.

தொங்கும் தொட்டி:

சிறிய தொட்டிகள் அல்லது வேலைப்பாடு அமைந்த மூங்கில் கூடையில், கயிற்றைக் கட்டி அவைகளை வீட்டின் முன்புறம் தொங்க விடலாம். இப்படித் தொங்கவிடும் பொழுது, கலர் கயிற்றை கூடையைச்சுற்றித் தொங்க விட்டால் பார்ப்பதற்கு மிகவும் அழகாக இருக்கும். இக்கூடைகள் அதிக கனமாக இருக்கக் கூடாது. இதில் கொஞ்சமாக ''மண்ணைப்''போட்டு அதில் ''படரும் வகையை''ச் சார்ந்த அழகிய செடிகளை வளர்க்கலாம். இந்த மாதிரி தொங்கும் கூடைகளை நிழல் உள்ள இடங்களில் தொங்க விடலாம்.

என்னென்ன செடிகள் வைக்கலாம்?

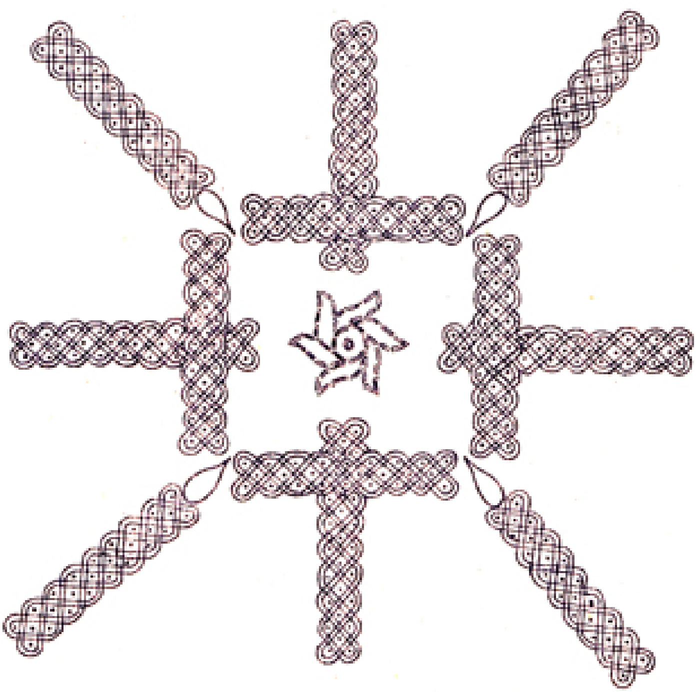
தொட்டிகளில் பூச்செடிகளை வளர்க்க வேண்டும் என்றால், முதலில் ரோஜா பதியத்தை'' வைக்கலாம். இப்பொழுது ரோஜா செடியில் பல நிறங்களில் பூக்கும் ரோஜா செடி கிடைக்கிறது. பிறகு, குண்டுமல்லிகை, ஜாதி மல்லிகை, முல்லை, சம்பங்கி, கனகாம்பரம் போன்ற பூச்செடிகளை வைக்கலாம். வீட்டு ஓரங்களுக்கு சாமந்தி பூச்செடியை வரிசையாக வைக்கலாம்.

மொட்டை மாடி அல்லது வீட்டின் ஓரத்தில் பந்தலில் படரும் காய்கறி வகையான, அவரை, பாகல், பீர்க்கன், புடலை, திராட்சை போன்றவைகளையும், கத்தரி, தக்காளி, மிளகாய், வெண்டை போன்ற காய்கறிகளையும் வைக்கலாம்.

அழகிற்கு, குரோட்டன்ஸ், டபேடஸ் ரெக்டா, ஜீனியா, டிஷீியாரு, அல்டர் நேதிருதா அமோரு, ட்ரசினு, போத்தாஸ், போன்றவைகளை தொட்டிகளில் வைக்கலாம்.

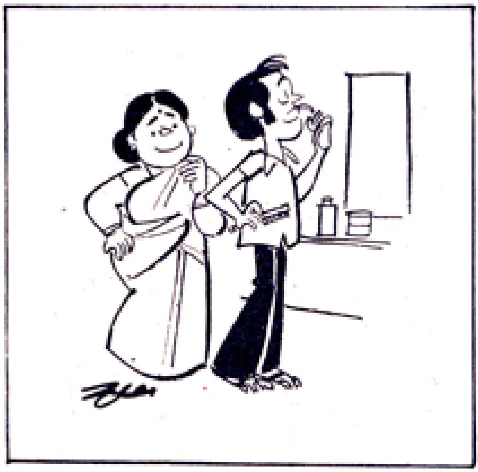
—என். மதுபாலன்.

கோலம்



திரும்பத் திரும்ப...

நீலா ராமமூர்த்தி



காலை நேரம். அவசர அவசரமாக எதையோ செய்து கொண்டிருந்தேன் அடுக்களையில். பெண் பாமினி, பிள்ளை கோபி, பள்ளிக்கூடம் போய் எங்களவரும் கோர்ட்டுக்குப் போகிறவரை காரியம் மென்னியைப் பிடித்துவிடும். சின்ன ஒரு ஒத்தாசையைக் கூட யாரும் பண்ண மாட்டார்கள். பால்காரன், கறிகாய்க்காரன், வண்ணான்காரன் என்று எல்லாவற்றுக்கும் நான்தான் பொறுப்பு. எப்போ பார்த்தாலும் கேஸ் கட்டோடு மூழ்கி விடுவார் அவர். கொண்டு வைக்கிற காப்பி கூட ஆறி அவலாய்ப் போய் விடும். பிள்ளை ஒரு டைப்.

மாடியை விட்டு இறங்க மாட்டான். கண்ணாடியின் கீழ் நின்று தலையை வாரிக் கொள்ளவும், சின்ன மீசையைத் தொட்டுத் தொட்டுப் பார்ப்பதற்குமே சரியாய்ப் போய் விடும் நேரம். ''என்னடா பெரிய மைனர் மாதிரி ஸ்டைல் பண்ணிக்கிறே''? என்றால், ''எங்க ஸ்கூல்ல டென்னிஸ்மேட்ச் வருது'' என்பான். வாகாவழியா பண்ணிப் போடுகிற சமையலை சோழி சொரிக்கிற மாதிரி கொறித்துவிட்டுப் போவான். பாக்கெட் மணிதான் இருக்குமே எப்போதும், கவலை என்ன?

அடுப்புல ஏதோ தீய்ந்த மாதிரி இருந்தது. பரபரப்புடன் உள்ளே போனேன். பெண் வந்து விட்டாள் ''என் ட்ராயிங் நோட்டை காணும்மா'' என்ற பெரும் சிணுங்கலுடன்.

எனக்கு எரிச்சலான எரிச்சல். ''எங்கே போயிடும். நல்லா பாரு'' என்றேன்.

''போம்மா போரடிக்கிறது. இன்னிக்கு அந்த ஜனாக்கு மட்டந்தான் போடப் போறேன்'' என்றவள். ''அம்மா, அம்மா, நல்ல டிபனாப் பண்ணேன்'' என்றான் கொஞ்சலாக. இட்லி, தோசை, உப்புமா இதெல்லாம் அவனுக்கு நல்ல டிபன் இல்லை. வடை, போண்டா, பகோடா தான் நல்லது என்று நினைப்பான்.

டிபன் பாக்ஸ்ல போடற சாதம், பாதி பொழுது அப்படியே திரும்பி விடும். கேட்டால், ''இதெல்லாம் யாரம்மா திங்கறது? ஷீலாவோட, காண்டீன்ல போய் பூரிகுருமாக்





இழுங்கு. இரீம் கேக் எல்லாம் சாப்பிட்டேம்மா'' என்று கனகுஷியாக பதில் சொல்வாள்.

''உனக்கு வேணுமாம்மா. நாளைக்கு வாங்கிண்டு வரேன்'' என்றும் உபசாரம் பண்ணுவாள்.

அந்தக் காலத்துல எங்கம்மா உட்கார வைத்து மணக்க மணக்க பழைய சாதமும் (நிறைய தயிர் கலந்து) எரிச்ச குழம்பும் போடுவாள். அம்மாளை அம்மாளையாக விழுகையில் ஆசை, ஆசையாக சாப்பிடுவோம்; அந்த இனிய நினைவில் ''என்ன பெண்களோ இதுகள்'' என்று சில சமயம் சலித்துக் கொள்வேன். பையன் நோஞ்சான். அவன் அப்பா மாதிரி நல்ல உயரம். கூலிங்கிளாஸையும் போட்டுக் கொண்டு கிளம்பிறனுனால் ''சின்ன சீனுவாசன் கிளம்பி விட்டான்'' என்பாள் என் மாமியார், அந்த நாளிலேயே பெருமையாக.

பாமினி குட்டை. வயது பன்னிரண்டுக்கே பார்க்கிற மாதிரி ஆகி விட்டாள்.



உடம்புதான் வளர்த்திருயே தவிர மனசிலே ரொம்பக் குழந்தை. எதற்கெடுத்தாலும் அம்மா, அம்மா என்று துளைப்புவாள். பார்த்துப் பார்த்துச் செய்யணும்.

''அம்மா.''

கட்சிக்காரன் பாலுசாமியின் குரலைக் கேட்டு அடுப்பைத் தணித்து விட்டு வாசல் பக்கம் வந்தேன். கையைக் கட்டிக்கொண்டு அடக்க ஒடுக்கமாக நின்றவன் பவ்யமாக,

''வணக்கம் அம்மா, நல்லாயிருக்கிங்களா? குழந்தையை எங்கே காணும்?'' என்று விசாரித்தான்.

''நேரமாச்சே. பள்ளிக்கூடம் போகணும்'' என்ற கவலையின்றி காமிக்ஸ் புத்தகத்தில் மூழ்கியிருந்த பாமினி எட்டிப்பார்த்தாள்.

''இந்தாம்மா குழந்தை'' என்றான் பாலுசாமி, பையிலே இருந்து நாலு மாம்பழத்தை எடுத்தபடி.

''இதெல்லாம் கூடாதுன்னு சொல்லி இருக்கேனுல்லியோ? ஐயா பார்த்த உடனே ஏண்டா வஞ்சமா தரே? இங்கே இடமில்லே போ என்று கத்துவாரே, தெரியாதா?'' என்றேன்.

''தப்பா நினைக்காதீங்கம்மா! இந்த ஏழைக்கு அதெல்லாம் தெரியாது. குழந்தைக்குக் கொடுக்கத்தான் ஆசையாக் கொண்டாந்தேன்'' என்றான் பாலுசாமி.

இரண்டு பழத்தை மட்டும் எடுத்துக் கொண்டு ''உட்கார் அப்படியே'' என்று உள்ளே போனேன். பாமினிக்கு மாம்பழம் உசிரு ''எனக்கும்மா அப்படியே முழுசா குடு'' என்று வாங்கிக் கொண்டுவிட்டாள், ஒன்றை.

''அப்பாகிட்ட போய் சொல்லு பாலுசாமி வந்திருக்கான்''னு என்று அவளை அனுப்பிவிட்டு அவனுக்கு ஒரு டம்ளர் காபி கலக்கப்போனேன். இடையே என்ன சம்சாரமோ என்ற அலுப்பு ஏற்பட்டது.

சின்னப்பொண்ணுன்னு ஒருத்தி வருவாள், ஒத்தாசைக்கு. பேர்தான் சின்னப்பொண்ணு, ஏகமா வளர்த்தி. கல்யாணம் கார்த்திக்கு வழியில்லாமல் அங்கே, இங்கே போய் எடுபிடி வேலை செய்து கிடைத்ததை மட்டும் சாப்பிட்டு நோயாளித் தாய்க்கும் கொண்டு போவாள். எனக்கு ரொம்ப அனுதாபம் அவளிடம். வஞ்சனையில்லாமல் உழைப்பாள்.

''அப்படிப் போய் உட்காருங்கோ'' என்று கைவேலையைப் பிடுங்கிச் செய்வாள். அப்போதைக்கப்போது துணிமணி, பணம், காசு பண்டம் பாடி என்று கையிலே அகப்பட்டதைக் கொடுப்பேன். பத்துநாளா அதையும் காணுமல் கைமுறிசலாக இருக்கு. முந்தாநாள் எதையோ செய்து சொண்டிருந்த போது தலையைச் சுற்றுகிற மாதிரி இருந்தது. சுவற்றை பிடித்துக் கொண்டு உட்கார்ந்து விட்டேன்.

எதேச்சையாக அந்தப் பக்கம் வந்தவர் வெலவெலத்துப் போய் விட்டார். ''ஒன்றுமில்லே. பேசாமல் போங்கோன்னு'' அவரை சமாதானப்படுத்தி வாசற்பக்கம் அனுப்புவதற்குள் போதும் போதும் என்றாகி விட்டது. இல்லேன்னு ஊரைக் கூட்டிவிடுவார் போடுகிற சத்தத்தில்.

''கொஞ்சம் போசட்டுண்டி. நான் சமைத்துப் போடுகிறேன், உன்னை உட்கார வைத்து'' என்பார்.

கட்சிக்காரன் நினைவு வந்தது. வாசல் பக்கம் போனேன். திண்ணை மேலே ஒரு தூக்கம் போட்டுவிட்டான் பாலுசாமி. வக்கீல் ஐயா பேட்டி கிடைப்பது அவ்வளவு சுலபமா!

எப்படியோ என் வேலை ஆகி குழந்தையும் பறப்பட்ட பிறகு மாடிப்பக்கம் போனேன். மூக்குக் கண்ணாடியைத் தூக்கித் தூக்கிப் போட்டுக் கொண்டே, ஏதோ பைலில் பீனல் கோட் சட்டப்படி இது செல்லுமா, அது செல்லுமா என்றுபார்த்துக் கொண்டிருந்தார்.

"பாலுசாமி வந்திருக்கானே பார்க்கலையா. ரொம்ப நேரமாச்சு வந்து" என்றேன், கோபத்துடன்.

மூக்குக் கண்ணாடியைக் கையிலெடுத்துக் கொண்டு, "பாலு சாமியா, யாரவன்?" என்றார்.

"சரிதான். கிராமத்துலேர்ந்து வருவானே. கட்சிக்காரன். அது கூடவா மறந்து போச்சு"

"அவனை இருக்கச் சொல்லு. அரைமணி கழிச்சு அனுப்பு" என்றார்.

எல்லாம் முடிஞ்சு பத்தரைக்கு அவரும் கோர்ட்டுக்குக் கிளம்பிப் போனார்.

மத்தியானம் சித்த தலையைச் சாய்த்த போது கோடி ஆத்து குஞ்சுமணி வந்தாள்.

"நாலு நாளிலே குருவாயூர் போறோம். முப்பெருந்தெய்வமா காட்சிதர கிருஷ்ணனை பார்க்கணும்னு. ஒரு சீட்டுதான் இருக்கு வரேளா. இரண்டே நாளில் திரும்பி விடலாம்" என்றாள்.

சபலம் தட்டியது. காளை'றியாக் காட்சியாச்சே! இந்த சம்சார பந்தத்தை விட்டு கொஞ்சம் அப்படி இப்படி போகவும் நினைத்தேன். "பார்க்கலாம், எங்க சாமி வரம் கொடுக்கறதான்னு" என்று சிரித்தேன்.

கோட்டும் டர்பனுமாக ஐந்து மணிக்கே வந்து விட்டவர் "வெங்காய அடைதானடி டியன்! திடும்னு மணக்கறது. வந்து விட்டேன். எங்கே சுடச்சுட மொறுமொறுன்னு ரெண்டு பண்ணிப் போடு பார்க்கலாம். நெய் ஜாஸ்தி விடாதே" என்றார்.

"நாளை காலையிலே பரமசிவன் வரேன்னுனே நினைவு இருக்கா? ஒரு ரெண்டுநாள் தங்குவான் மனுஷன். திருப்பதி போறானும். ஏண்டி, அவனுக்கு ஆவக்காய் ஊறுகாய் ரொம்பப் பிடிக்குமே. இருக்குமா? பாவம்! போட்டியானு கூட ஒரு அரைப்படி சாதம் இறங்கும்" என்றார். நானும் சிரித்தேன்.

அவர் வியப்புடன் என்னைப் பார்த்த போது, "ஒன்றுமில்லை. எங்கேயோ போகணும்னு நினைத்தேன். திரும்பத் திரும்ப இங்கேயே சுற்றிக் கொண்டு வந்து விட்டது மனசு. பொம்மனாட்டிக்கு புண்ணியம் தேடணும்னு ஒரு இடம் போகணுமா? அடுப்பங்கரையே கோயில். அகமுடையானே தெய்வம்பா எங்கம்மா. அது ஞாபகம் வந்தது" என்றபடி வெங்காயத்தை நறுக்க சக்கர வட்டமாக உட்கார்ந்தேன். என்னுட்டமா ஒரு வட்டத்துக்குள் சுற்றிக் கொண்டிருந்தது. எதிர்ப்புறச் சுவற்றுக் கடிகாரம்!

● 1977–ம் ஆண்டு தொடங்கப்பட்ட தென் சென்னை மகளிர் அரிமா சங்கம், அதற்கு அடுத்த ஆண்டிலேயே அனைத்துலக அரிமா மகளிர் சங்கங்களின் முதல் பத்து சங்கங்களில் ஒன்றாகத் திகழும் பெருமை பெற்றது என்று கூறுகிறார் இந்தச் சங்கத்தின் செயலாளர் திருமதி சாந்தி ராமகிருஷ்ணன். இந்தப் பெருமை அப்போதைய தலைவி குமாரி மாத்யூவையே சேரும் என்கிறார் இவர்.

முதல் ஆண்டிலேயே இவர்கள் தங்களுடைய நிரந்தரமான திட்டங்களைத் தொடங்கி விட்டார்கள். திருவல்லிக்கேணி அருகே வாக்நகர் என்ற குடிசைவாழ் மக்கள் குழந்தைகளுக்கு விளையாட்டு மைதானம் அமைத்து, ஊஞ்சல் போன்ற விளையாட்டுச் சாதனங்களையும் பொருத்தினார்கள். அதே பகுதியில் பெண்களுக்கான தையல் வகுப்புகள் மற்றும் இலவச மருத்துவமனையையும் தொடங்கினார்கள். அங்கு வாழும்



○ சாந்தி ராமகிருஷ்ணன்

பத்து நாட்களில் எண்பதாயிரம்!

பெரும் பகுதிப் பெண்கள் இந்தத் தையல் வகுப்பில் பயிற்சி பெற்று இன்று கூலிக்குத் தைத்துக் கொடுத்தும், ரெடிமேட் கடைகளில் வேலை பெற்றும், வீட்டிலிருந்தபடியே வருமானத்திற்கு வழி வகுத்துக் கொண்டும் உள்ளனர்.

சுமார் ஆறு மாதங்களுக்கு முன்பு பம்பாயிலிருந்து வந்த இருபத்தி மூன்று வயதுப் பெண்ணுக்குப் புற்றுநோய் அறுவை சிகிச்சைக்காக அமெரிக்கா செல்ல வேண்டும் என்றார்கள். வசதியற்ற அந்தப் பெண்ணிற்காக நாங்கள் பத்து நாட்களுக்குள் சுமார் எண்பதாயிரம் ரூபாய் திரட்டிக் கொடுத்ததை எங்கள் பாக்கியமாகக் கருதுகிறோம்'' என்கிறார் இந்தச் சங்கத்தின் தலைவி திருமதி ஹைறமா ராமகிருஷ்ணா.

கண் இழந்த மாண வர்களுக்கு பாடங்கள் வாசிப்பதுடன் அதை டேப்பில் ரெக்கார்டு செய்து கொடுப்பது, அவர்களுக்காகத் தேர்வுகள் எழுதுவது, பெண்களுக்குத் திருமணத்திற்கு உதவி செய்வது, நோயுற்றவர்களுக்கு மருத்துவ உதவிகள் செய்வது, ஏழை மாணவர்களுக்குப் புத்தகங்கள், சீருடைகள் அளிப்பது போன்ற பல சேவைகளைச் செய்கிறோம். பிறருக்கு உதவி செய்கிறோம் என்ற எண்ணமே எங்களுக்கு மன நிறைவும் சந்தோஷமும் திருப்தியும் அளிக்கிறது என்கிறார் திருமதி சாந்தி.

பெரிய இடத்துப் பெண்கள் நன்கு உடை உடுத்திக்கொண்டு சினிமாவுக்கும், ஓட்டலுக்கும் சென்று அரட்டை அடித்து நேரத்தை வீணாக்குகிறார்கள் என்ற பலரின் தவறான கருத்தைப் பொய்யாக்குகிறார்கள். இந்த மகளிர் அரிமா சங்க உறுப்பினர்கள்.

-கலாமூர்த்தி.

பொழுது போக்கவா மாதர் சங்கம்?

● அறுபது ஆண்டுகளுக்கு முன் கூடல் மாநகரில் ஆரம்பிக்கப்பட்டது ஸ்ரீ மீனாட்சி சேவா சங்கம். இச்சங்கக் கட்டிடம் கட்டப் பெரிதும் உதவி செய்தவர் திவான் பகதூர் சுப்பையா செட்டியார். பிற்பாடு சமூக நலத்துறையின் உதவியுடன் கட்டிடம் மேலும் விரிவாக்கப்பட்டுள்ளது.

மாதர் சங்கம் என்றவுடனேயே பொழுதைப் போக்குவதற்காக மட்டுமே அமைக்கப்படுகின்றன என்ற எண்ணம் மக்களிடையே உள்ளது. இந்த எண்ணத்தைத் தகர்க்கும் வகையில் பயனுள்ள நோக்கங்களையே குறிக்கோளாகக் கொண்டு இயங்கி வரும் மாதர் அமைப்பு இது. இச்சங்கத்தின் குறிக்கோள்களில் சில: ஏழைப் பெண்களுக்கு தையல், பாட்டு, கைவேலை முதலியன கற்றுக் கொடுத்தல், எழுத்தறிவித்தல், அன்னதானம் செய்தல், அனாதை, முதியோர் இல்லங்களுக்கு உதவி புரிதல்.



1954-ல் இச்சங்கத்தின் மூலம் நர்சரி பள்ளி ஒன்று ஆரம்பிக்கப்பட்டு ஆசிரியைகள் பணி புரிந்து வருகின்றனர்.

1952-ம் வருடம் முதல் சங்கம் தன் செயல்களில் சேர்த்துக் கொண்ட ''பணிபுரியும் மகளிருக்கான விடுதி'' அதன் மகுடத்தில் மேலும் ஒரு மாணிக்கம். விலைவாசிகள் ஏறிக் கொண்டே போகும் இக்காலத்தில் இம்மாநகரில் வசதிகளோடு கூடிய மிகக் குறைந்த வாடகையில் கிடைக்கும் விடுதி இது ஒன்றாகவே இருக்க முடியும்.

சங்கத்தில் ஒவ்வொரு சனிக்கிழமையும் ஞாயிற்றுக்கிழமையும் குழந்தைகளுக்கு நடனம் பயிற்றுவிக்கப்படுகிறது. இங்கு கற்ற நடனமணிகளுள் ஒருவர் திரு. ஓம். பெரியசாமியின் புதல்வி.

ஒவ்வொரு வருடமும் தியாகராஜ உத்சவம் சங்கக் கட்டிடத்தில் கொண்டாடப்படுகிறது. சுதந்திர தினம், குழந்தைகள் தினம், நவராத்திரி முதலியவையும் கொண்டாடப்படுகின்றன. இருபத்திரண்டு வருடங்களாக வத்சலா, புஷ்பா இருவரும் தலைவர், செயலாளராக இருந்து சிறப்புடன் நடத்தி பல சாதனைகள் புரிந்து வருவதை யாரும் மறுக்க முடியாது.

பயனுள்ள நல்ல பல புத்தகங்களடங்கிய நூலகம் ஒன்று உள்ளது. இதுதவிர, ரேடியோ, கேரம் போர்டு, செஸ் இன்னும் பல விளையாட்டுச் சாதனங்களும் உள்ளன.

1924-ஆம் ஆண்டு ஆரம்பிக்கப்பட்ட இச்சங்கம் 1975-ம் ஆண்டு பொன் விழாவைக் கொண்டாடி 1985-ம் ஆண்டு தன் அறுபதாவது ஆண்டு நிறைவைக் கொண்டாட இருக்கிறது.

-கஸ்தூரி செல்லப்பா

இம்மாத இல்லத்தரசி போட்டி

பொருள்: சாத்துக்குடி
கடைசி தேதி: 15-12-84

சமையல் கூப்பன்

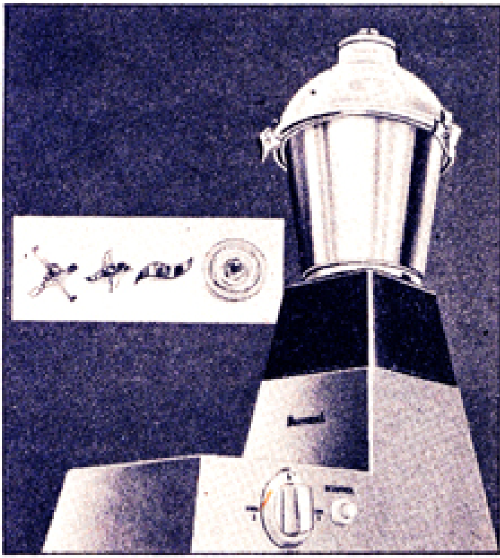
.... என்ற தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இத்துடன் அனுப்பியுள்ளேன். இச் சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும், எந்தப் புத்தகத்திலும் வெளியானதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

கையொப்பம்

ஸுமித்தின் தனித்தன்மை

அதன் உயிர்நாடியாக அமைந்திருக்கும் கனரக மோட்டார்

கனரக மோட்டார் 30 நிமிடங்களுக்குத் தடைபடாமல் இயங்கும்.
விசேஷமாக டிசைன் செய்யப்பட்ட நான்கு பிளேடுகளுடன்
குறைந்த அளவுள்ள அரவைகட்கு முதல் அடிப்படைச்
சமையல் வேலைகள் அனைத்தையும் மிக விரைவாக
முடித்துத் தருகிறது ஸுமீத் டொமஸ்டிக் கிச்சன் மெஷின்.





உலர் அரவை:- மிளகாய் வற்றல், கரம் மசாலா 2 நிமிடங்களில்



ஈர அரவை:- உளுந்து, அரிசி மற்றும் தேங்காய் சட்னி 2 நிமிடங்களில்

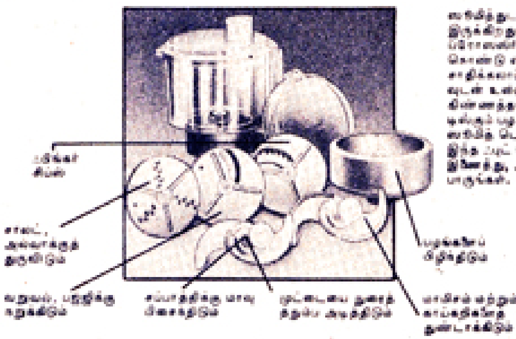


மாமிசத்தைப் பொடிக்க 1 நிமிடம், பருப்புகளைப் பொடிக்க சில விநாடிகள்



தயிர் கடைய மில்க் ஷேக் செய்ய, முட்டையைக் கலக்க 1 நிமிடம்

இப்போது ஃபுட் ப்ராஸஸர் அட்டாச்மெண்டை இணையுங்கள்



ஸுமீத்துடன் மற்றுமொரு அனுகூலமும் இருக்கிறது. விரும்பினால் புதிய ஃபுட் ப்ராஸஸர் அட்டாச்மெண்டை இணைத்துக் கொண்டு எத்தனையோ காரியங்களைச் சாதிக்கலாம். அது 3.88 லிட்டர் கொள்ளளவுடன் உடைக்க முடியாத ஒளிபுகும் கிண்ணத்தாலானது 5 மாற்று பிளேடுகளுடன் டிஸ்கும் பழச்சாறு பிழிந்திடுதலும் கொண்டது. ஸுமீத் டொமஸ்டிக் மோட்டார் யூனிட்டுடன் இந்த ஃபுட் ப்ராஸஸர் அட்டாச்மெண்டை இணைத்து, அது புரியும் அற்புதங்களைப் பாருங்கள்.

ஸுமீத்®

400 வா. 220-240 வோ ~ 30 நிமிடங்கள் ரேட்டிங்

கடுமையான சமையல் வேலைகளைச் சமாளித்திடவே கட்டுறுதியோடு உருவாக்கப்பட்டுள்ளது.
எப்போது நாங்கள் இலவசமாக இயக்கிக் காட்டுகிறோம் என்பதைக் கவனித்து வாருங்கள்—
உங்களுக்கென ஸுமீத் சிறப்பாக இயங்குவதைக் காணுங்கள்.

சர்வீஸ் சென்டர்கள்:

கோயம்புத்தூர்: ஜே. இன்ஜினியரிங் கார்ப்பரேஷன், [illegible] அரசாங்க கலைக் கல்லூரி சாலை, கோயம்புத்தூர்-641 018, போன்: 24579/25566/37157.

சென்னை: சி. ப்ரோகிராமர்ஸ் அண்ட் என்ஜினியர்ஸ் 81, [illegible] 111 [illegible] ரோடு, சென்னை-600 006, போன்: 450700/452055; **விவேக் எஜென்ஸிஸ்** 92/1 [illegible] ரோடு, சென்னை-600 004, போன்: 76923/75661; **மெஸர்ஸ் விவேக் அண்ட் கம்பெனி,** 167, [illegible] சாலை, சென்னை-600 017, போன்: 444129; **மெஸர்ஸ் விவேக் அண்ட் கம்பெனி** 305, [illegible], சென்னை-600 017, போன்: 663545; **வி.ஜி. பன்னீர்தாஸ் அண்ட் கம்பெனி,** [illegible], 40 [illegible] ரோடு, சென்னை-600 002, போன்: 840234/840184.

மதுரை: ஜே. இன்ஜினியரிங் கார்ப்பரேஷன், 327 [illegible], மதுரை-625 001, போன்: 24028

OBM/3187A TAM



குயின்

இம்மாத இல்லத்தரசி

முதல்பரிசு: **அன்னக் கூடை**

குடுமுலு ஜேவரி

தேவையான பொருட்கள்

பச்சைப்பயறு — 4 மேசைக்கரண்டி.
பச்சைப்பட்டாணி (உரித்தது) 4மேசைக் கரண்டி.
பச்சைவேர்க்கடலை (உரித்தது) 4 மேசைக் கரண்டி.
பச்சரிசி — 4 மேசைக்கரண்டி.
பொட்டுக்கடலை (பொடித்தது) — 2 மேசைக் கரண்டி.
துவரம்பருப்பு — 4 மேசைக்கரண்டி.
உருளைக்கிழங்கு — 1.
தேங்காய்த் துருவல் — அரை கோப்பை.
பச்சை மிளகாய் — 6.
இஞ்சி — சிறு துண்டு.
பட்டை — சிறு துண்டு.
ஏலம் — சிறிது
சீரகம் — 1 ஸ்பூன்.
சமையல் சோடா — 1 சிட்டிகை.
கஸகஸா — 1 டீஸ்பூன்.
தேவையான அளவு உப்பு.
சேம்பு இலை-4
மஞ்சள் இலை-4

செய்முறை:

பச்சைப்பயறு, பட்டாணி, வேர்க்கடலை, துவரம் பருப்பு, பச்சரிசி இவைகளை தேவை



பி. எஸ். கமலம்



எம். சித்ரா ராஜா



ஜானகி சுந்தரம்



சியாமளா வெங்கடசப்பு



யான அளவு ஊற வைத்து அரைத்துக் கொள்ளவும். நைஸாக. உருளைக் கிழங்கை வேக வைத்து உதிர்த்துக் கொள்ளவும். பொட்டுக்கடலையை பொடித்து வைத்துக் கொள்ளவும். பட்டை. சீரகத்தை நைஸாக வறுத்து பொடித்துக் கொள்ளவும். தேங்காய். இஞ்சி. பச்சைமிளகாய். கச கசா இவைகளை நன்கு ஒட்ட ஒட்ட அரைக்க வும். சமையல் சோடா 1 சிட்டிகையுடன் மேலே தயாரித்து வைத்துள்ள அத்தனை பொருள்களையும் தேவையான உப்புப்பொடி சேர்த்துக் கலந்து கொள்ளவும்.

இக்கலவையை சேம்பு இலையில் பின்பக்க மாகத் திருப்பிச் சமமாக பரத்திச் சுருளாக மெல்லச் சுருட்டவும். இன்னும் கொஞ்சம் கலவையை மஞ்சள் இலையில் பரத்தி இரண் டாக மடக்கிக் கொள்ளவும். இவைகளை இட்லித் தட்டில் வைத்து ஸ்டீம் செய்யவும் 7 முதல் 10 நிமிடங்களில் இவை பதமாகி விடு.

இறக்கி -சேம்பு இலைக்குடுமுலுவை கத்தி யால் சிறு துண்டுகளாக்கித் தட்டில் அடுக்க வும். மஞ்சள் இலையில் வெந்த குடு முலுவை இலையைத் தனித்தனியே உரித்தெடுத்து விட்டுத் துண்டுகள் செய்யவும். மஞ்சள் இலையைக் கையகலம் அளவிற்கு துண்டு செய்து வேக வைத்தால் கச்சிதமாயிருக்கும். மஞ்சள் இலை வாஸமுடனும். சேம்பு இலைச் சுவையுடனும் இருக்கும்.

—குயின். திருச்சி—21.

இரண்டாம் பரிசு: கொத்துக் கிண்ணம்

குழல் வளை முறுக்கு

தேவையான பொருட்கள்:

1 கப் அரிசி மாவு (சலித்தது).
கால் கப் மைதாமாவு ஆவியில் வைத்து எடுத்த பின்பு கட்டியில்லாமல் சலித்து எடுத்தது: (என்றால் தான் இந்த மாவின் பசைத் தன்மை குறையும்.)
ஸ்பூன் வெள்ளை உளுத்தம்பருப்பை வறுத்து இழைத்துப் பொடித்த மாவு — (இதையும் ஒரு ரவை கூட இல்லாமல் சலித்த பின்புதான் உபயோகிக்கவேண் டும்.)
50 கிராம் வெண்ணெ.
தேவையான உப்புப் பொடி.
பெருங்காயம் கொஞ்சம்
வெள்ளை ரவை வறுத்தது அரை டீஸ்பூன்.
வறுத்த நிலக்கடலை 2 டீஸ்பூன்
தேங்காய்-அரை மூடி
வெள்ளை என் 2 டீஸ்பூன்
சீரகம் — ஒன்றிரண்டாக — 2 டீஸ்பூன்.
மி ளகு — அரை டீஸ்பூன்.
2 பச்சை மிளகாய்.
பொரிக்க அரை லிட்டர் ரீபைண்ட் ஆயில்.
1 சிட்டிகை சமையல் சோடா.

செய்முறை:

முதலில் வாயகன்ற ஒரு பேசினில் சுத்தமாகச் சலித்த வெள்ளை உளுத்தம் பருப்பு மாவையும். அரை கப் அரிசி மாவை யும். வெண்ணெ. சமையல் சோடா ஆகிய நான்கு சாதனங்களையும் போட்டு அது குழைவாகும் வரை நீர் தெளித்து அடித்துப் பிசைய வேண்டும். (இப்படி நன்கு பிசைவ தில்தான் குழல் முறுக்கு உள்ளுக்குள் கர கரப்பாக வரும்.) 5 நிமிடங்கள் கைவிடாமல் பிசைந்த பின். மீதியுள்ள அரை கப் அரிசி மாவு. ஆவியில் வைத்து எடுத்த மைதாமாவு. தேவையான உப்பு. பெருங்காயப்பொடி ஆகியவற்றையும் இதில் சேர்க்கவும்.

ரவை. தேங்காய்த் துருவல். நிலக்கடலை. மிளகு. பச்சை மிளகாய் 2. ஆகியவற்றை மிக்ஸியில் போட்டு ஒன்றிரண்டு நிமிடத்தில் இந்தக் கலவையைக் கரகரப்பாக அரைத்து எடுத்து விடவும். இப்பொழுது இந்த எல்லா பொருட்களுடனும் என். சீரகம். ஆகியவற் றையும் சேர்த்து உப்பு நன்றாகக் கலக்கும் வரை பிசைந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பெரிய நெல்லிக்காய் அளவுக்கு மாவை எடுத்து உள்ளங்கையில் உருட்ட. குழல் போல் மாவு நீளும். சுமாராகச் சுண்டு விரல் கனமுள்ள குழலாக வந்தவுடன் அதை அப்படியே விரியாமல் எடுத்து அதன் இருமுனைகளையும் ஒன்றாகச் சேர்த்து மெது வாக வளையல் போல் அழுத்தி விடவும். இப்போது ஒரே வட்ட வடிவமான வளை யங்கள் கிடைக்கும். இவற்றை வெண்ணெத்

துணியில் அப்படியே அலுங்காமல் வைத்து விடவும். எல்லா மாவையும் இதேபோல் செய்து போட்டுக் கொண்ட பின்னர் வாணலியில் ரீபைண்ட் ஆயில் வைத்து இந்தக் குழாய்களை விரியாமல் போடவும். பொன்னிறமாக வறுத்து எடுக்கவும். ஒன்றோடொன்று ஒட்டாமல் போட்டால் ஒரு நிமிடம் ஆனதும் திருப்பிப் போடச் சௌகரியமாக இருக்கும்.

—பி. எஸ். கமலம், உடுமலைப்பேட்டை.

மூன்றாம் பரிசு — சைட் டிஷ்

மாச்சேர் சாப்ஸ்

தேவையான பொருட்கள்:

10 பெரிய உருளைக்கிழங்கு.
ஒன்றரை கி. மீன்.
10 பெரிய வெங்காயம்.
2 பூண்டு.
1 துண்டு இஞ்சி.
3 முட்டை.
ரொட்டி பொடி.
6 கிராம்பு.
ருசிக்குத் தேவையான உப்பு.
மிளகு 3 தேக்கரண்டி.
1 கப் சர்க்கரை.
டால்டா.
ஏலக்காய்.

செய்முறை:

உருளைக் கிழங்கை அடுப்பில் வேகவைத்து தோல்களை நீக்கிவிட்டு நன்றாக மசித்துக் கொள்ளவும். மீனை வெட்டி நன்றாக சுத்தம் செய்துவிட்டு, 2 தேக்கரண்டி உப்புப் போட்டு மீனுடன் கொதிக்க விடவும். மீன் வெந்ததும் முள்ளுகளை நீக்கிவிட்டு நன்றாக மசித்து வைக்கவும். சிறிது வெங்காயத்தை அரிந்து கொள்ளவும். மீதியுள்ள வெங்காயம், இஞ்சி, பூண்டு இவைகளை அரைக்கவும். மூன்று முட்டைகளையும் ஒரு கிண்ணத்தில் போட்டு நன்றாகக்கலந்து வைக்கவும். ஏலக்காயை நன்றாகப் பொடிக்கவும்.

அடுப்பில் வாணலியை வைத்து டால்டாவைப் போடவும். சூடான டால்டாவில் பொடியாக அரிந்து வைத்துள்ள வெங்காயத்தைப் போட்டுச் சிவக்க வறுக்கவும். சிவந்த கலர் வந்தவுடன் சிறிது மிளகாய்ப் பொடி, அரைத்த மசாலா, ஏலப்பொடி, கிராம்பு இவைகளை ஒன்றாகக் கலக்கவும். இந்தக் கலவையை, 5 நிமிடம் வரை வறுக்கவும். பிறகு, அடுப்பிலிருந்து இறக்கி விடவும். பிறகு உப்பு, மிளகுப் பொடி இவைகளை மசித்த உருளைக் கிழங்குடன் சேர்த்துப் பிசைந்து கொள்ள வேண்டும். இவைகளை சிறிய, சிறிய வட்டங்களாக தட்டிக் கொள்ள வேண்டும். இந்த ஆறு, சிறு வட்டங்களின் நடுவில் மசித்த மீனை வைத்து நீளமான அப்பளங்களாக மடிக்கவும். இவைகளை கலந்து வைத்திருந்த முட்டை கருவில் நன்றாகத் தோய்த்து, ரொட்டிப் பொடியில் பிரட்டிக் கொள்ளவும்.

பிறகு அடுப்பை தீ ஏற்றி வாணலியில் டால்டாவைப் போட்டு சூடாகும் வரை வைத்திருக்கவும். சூடானதும், ரொட்டிப் பொடியில் புரட்டியதை பொரிக்கவும். ஒரே போல சிவக்கும் வரை பொரித்து எடுக்கவும்.

—எம். சித்ரா ராஜா, திருநெல்வேலி.

ஆறுதல் பரிசு — சம்புடம்

வாழைத் தண்டு கட்லட்

தேவையான பொருட்கள்:

வாழைத்தண்டு — 8 அங்குல நீளமுடையது.
கடலைப் பருப்பு — 250 கிராம்.
துவரம் பருப்பு — 2 டேபிள் ஸ்பூன்.
உளுத்தம் பருப்பு — 1 டேபிள் ஸ்பூன்.
முளைக்கீரை அல்லது பாலக் கீரை —100 கிராம் (நறுக்கியது).
மிளகாய்ப் பொடி — 4 டீஸ்பூன்.
உலர்ந்த ரொட்டித்தூள்—அரை கோப்பை.
உருளைக்கிழங்கு — 1 (தோல் நீக்கியது).
பச்சைக் கொத்துமல்லி — 1 சிறிய கட்டு (நறுக்கியது.)
உப்பு — ஒன்றரை டீஸ்பூன்.
ரீஃபைண்ட் ஆயில் — முக்கால்கோப்பை.

செய்முறை:

கடலைப் பருப்பு, துவரம் பருப்பு, உளுத்தம்பருப்புகளைத் தண்ணீரில் அரை மணி நேரம் ஊற வைக்கவும். வாழைத் தண்டின் நாரை அகற்றி, பொடியாக நறுக்கி, மோர் கலந்த தண்ணீரில் போடவும். கீரை, உருளைக் கிழங்கை சுத்தமாக அலம்பவும்.

ஒரு பாத்திரத்தில் ஊறிய பருப்புகள், வாழைத்தண்டு, கீரை, உருளைக்கிழங்கைப் போட்டு, திட்டமாக ஜலம் சேர்த்து வேக விடவும். நன்றாக வெந்தவுடன் உப்பு மிளகாய்ப்பொடியையும் சேர்த்து, மேலும் இரண்டு நிமிடங்கள் வேகவிட்டு அடுப்பிலிருந்து இறக்கி விடவும். அதிகமாக ஜலம் இருந்தால் வடிகட்டி எடுத்து விடவும். நன்றாக ஆறிய பின்பு மிக்ஸியில் அல்லது ஆட்டுக்கல்லில் கரகரப்பாக அரைக்கவும். அரைத்த விழுதுடன் கொத்துமல்லிதழையைச் சேர்த்துக் கலக்கவும்.

எலுமிச்சங்காய் அளவு மாவை எடுத்து உருண்டைகளாக எல்லாவற்றையும் செய்து

வும். கனமான தோசைக் கல்லே நிதான மாய் எரியும் அடுப்பில் போட்டு, கொஞ்சம் எண்ணெ விட்டுக் காய்ந்தவுடன் ஒவ்வொரு உருண்டையையும் வடையாகத் தட்டி, அதன் மேல் ரொட்டித் தூள்களைத் தூவி, கல்லில் போட்டு இரண்டு பக்கமும் பொன் னிறமாய் கரகரப்பாய் வறுத்து எடுக்கவும். இதேபோல் எல்லா உருண்டைகளையும் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக எண்ணெ விட்டு வறுத்து எடுக்கவும்.

சட்னி அல்லது தக்காளி 'சாஸ்'டன் தொட்டுக் கொண்டு சாப்பிட சுவையாக இருக்கும்.

—ஜானகி சுந்தரம், நியூடெல்லி—49.

ஆறுதல் பரிசு: **சம்புடம்**

நிலக்கடலே நிப்பிட்

தேவையான பொருட்கள்

நிலக்கடலே பயிறு வறுத்துப்பொடிசெய்த மாவு — 1 கப்.
பச்சரிசி மாவு — 3 கப்.
மிளகாய்ப் பொடி — 5 டேபிள் ஸ்பூன். (தேவைக்கேற்ப குறைத்தோ (அ) அதி கரித்தோ சேர்க்கவும்.)
எள் — 2 டேபிள் ஸ்பூன்.
பெருங்காயம் — சிறிதளவு.
தண்ணீரில் ஊற வைத்த கடலே பயிறு— 2 டேபிள் ஸ்பூன்.
டால்டா — 3 டேபிள் ஸ்பூன்.
வறுத்தெடுப்பதற்கு தேவையானஎண்ணெ.
தேவையான அளவு உப்பு.

செய்முறை

முதலில் நிலக்கடலே பயிறை வறுத்து நன்கு மிக்ஸியில் பொடி செய்து 1 கப் எடுத்துக் கொள்ளவும். அத்துடன் பச்சரிசி மாவு, உப்பு, மிளகாய்பொடி, கலந்து சிறிது தண்ணீர் விட்டுப் பிசையவும். பெருங் காயத்தைச் சிறிதளவு தண்ணீரில் கரைத்து இக்கலவையுடன் சேர்க்கவும். பிறகு எள், கடலேபயிறு, டால்டா அனைத்தையும் இக்கலவையுடன் சேர்த்து நன்கு பிசைய வும். (சப்பாத்தி மாவு பதத்தில் இருக்க வேண்டும்.) பின்னர் இக்கலவையை சிறிய உருண்டைகளாக செய்து கொண்டு எண்ணெ தடவிய பாலிதீன் பேப்பர் இலேயில் வட்ட வடிவ மாகத் தட்ட வேண்டும். தட்டியவற்றை நன்கு காய்ந்த எண்ணெயில் வறுத்தெடுக்கவும்.

—சியாமளா வெங்கடசுப்பு. கோவா

விழா கொண்டாடும் போது...

மாதர் சங்கம் நடத்துவது எப்படி-2.

—சாவித்ரி வைத்தி—

கூட்டங்கள் நடக்கும் பொழுது:-

கமிட்டியின் அங்கத்தினர்களின் கையெழுத்தை முதலில் வாங்க வேண்டும்.

தலைவி தன் தலைமை இருக்கையில் அமர வேண்டும்.

அடுத்து செயலாளர் ஒரு டைரி, அல்லது நோட்டுப் புத்தகத்துடன் அமர வேண்டும்.

பொருளாளர் ரசீது புத்தகம், பேரு சகிதம் தயாராக இருக்க வேண்டும்.

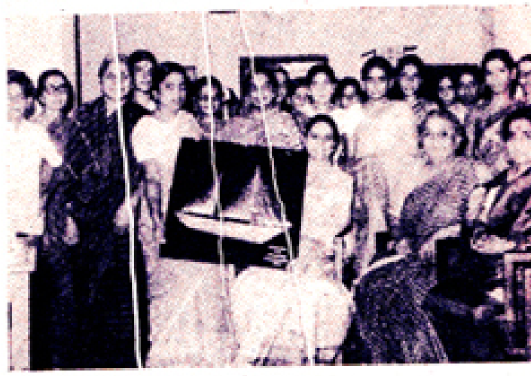
முதலில் இறை வணக்கம் செய்ய வேண்டும்.

பிறகு தலைவி அனைவரையும் அன்புடன் வரவேற்று, இன்று கூட்டத்தில் பங்கு எடுத்துக் கொள்ளுமாறு சொல்லிக் கூட்டத்தைத் தொடங்க வேண்டும்.

செயலாளர் ஏதாவது அறிக்கைகள் இருந்தால் படிக்க வேண்டும்.

படித்த பிறகு ஒவ்வொன்றாக விவாதத்திற்கு எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அறிக்கையை படிக்கும் பொழுது அங்கத்தினர்கள் கவனமாகக் கேட்க வேண்டும். பிறகு தங்கள் எண்ணங்களை ஒவ்வொருவராகத் தெரிவிக்க வேண்டும். அனைவரும் ஒன்றாகக் கூடி விவாதித்தால் ஒன்றுமே புரியாது. சில சமயங்களில் சங்கத்தின் கூட்டம் நடந்து கொண்டு இருக்கும் பொழுது, பக்கத்தில் உள்ளவருடன் பேசுவது, அல்லது விவாதிப்பது, மிகவும் சகஜம். தவிர திடீரென்று பேசப்படும் விஷயத்திலிருந்து வேறு ஏதாவது பொது விஷயத்திற்குத் தாவி விடுகிறார்கள். இது கூட்டத்தில் ஒழுங்கு முறையை மிகவும் பாதித்து விடும்.



செயலாளர் அங்கத்தினர்கள் பேசுவதை கவனமாகக் கேட்டுக் கொண்டு, குறிப்புகள் எடுத்தல் வேண்டும்.

ஒரு அறிக்கை விவாதிக்கப்பட்டு, தீர்மானிக்கப்பட்ட பிறகே அடுத்த அறிக்கை படிக்கத் தொடங்க வேண்டும்.



பொருளாளர் தனது ரிப்போர்ட்டைப் படித்தல் அவசியம். சந்தா மூலமாக எவ்வளவு வருமானம் வந்தது. செலவினங்கள் என்ன என்பதைப்பற்றிப் படிக்க வேண்டும். நடுவில் ஏதாவது சந்தேகம் வந்தால், அங்கத்தினர்களுக்கு அதைப் பொருளாளர் எடுத்துச் சொல்ல வேண்டும்.

வெறும் சந்தா தொகை மாத்திரம் வருமானம் உள்ள மாதர் சங்கங்களுக்கு அவ்வளவாகப் பிரச்சினைகள் இருப்பதில்லை. பொது மக்களிடமிருந்து நன்கொடைகள், அல்லது சிறுசிறு கைத்தொழிலில் ஈடுபட்டு இருக்கும் மாதர் சங்கங்கள், பால்வாடிகள், குழந்தைகள் காப்பகங்கள், இலவச மருத்துவமனைகள், வேலைக்குப் போகும் பெண்களுக்கு ஹாஸ்டல், முதியோர் கல்விக் கூடம் நடத்தும் மாதர் சங்கங்கள், எல்லா

> மழை, குளிர் காலங்களில்
> அப்பளம் வாங்கி வைத்திருந்
> தது நமுத்துப் போய் விட்டால்
> வெயில் இல்லையே; உலர்த்தி
> எடுக்க, என்று கவலை கொள்ள
> வேண்டாம். உளுத்தம் பருப்பு
> வைத்திருக்கும், பாத்திரத்தில்
> மேலாக வைத்து இறுக மூடி
> வைத்து விட்டால் போதும்.
> வெயிலில் உலர்த்தி எடுத்தது
> போல் ஆகிவிடும்.
>
> —நல்லவன்



வற்றிற்குமே வருமானமும் செலவினங்களும் அதிகமாக இருக்கும். இப்படிப்பட்ட மாதர் சங்கங்களில் செயற்குழு சந்திப்பு மிகவும் இன்றியமையாதது. இந்தக் கூட்டம் நடக்கும் பொழுது சில சமயங்களில் விவாதங்களும் ஏற்படும்.

தலைவியாக இருப்பவர்கள் பொறுமையாக இருந்து இவைகளைக் கேட்டல் அவசியம். ஏழை, பணக்காரர், படித்தவர், படிக்காதவர் என்று வித்தியாசம் பாராட்டாமல் அங்கத்தினர்கள் அனைவருக்கும் சமமான கௌரவம் கொடுக்கப்படவேண்டும். நடுவில் ஏதாவது சலசலப்பு ஏற்பட்டால் அதை தலைவி என்ற முறையில் அடக்குவதற்கு முன் வரவேண்டும். பல சங்கங்களில், பொறுப்பிலுள்ளவர்கள் தனக்கு வேண்டியவர்கள், வேண்டாதவர்கள் என அங்கத்தினர்களைப் பிரித்துக் கொள்வார்கள். தனக்கு வேண்டியவர்கள் ஏதாவது பிரச்சினையை எழுப்பினால் அதை அங்கீகரித்து ஆலோசனை தெரிவிப்பார்கள். தனக்கு வேண்டாதவர்கள் ஏதாவது பிரச்சினையை எழுப்பினால் வேண்டுமென்றே அதில் ஏதாவது குற்றம் கண்டுபிடித்தல், கேலியாகப் பேசுதல், வேண்டுமென்றே பிரச்சினை விவாதிக்கப் படும்பொழுது குறுக்கே பேசுதல், பிறர்மனம் புண்படப் பேசுதல், என்று அங்கத்தினர்கள் நடந்து கொள்வார்கள். இது ஆரோக்கியமானது அல்ல. இதற்கு தலைவி நடுநிலைமை வகித்து இருபக்கமும் மனம் புண்படாத வகையில் அதே சமயத்தில் நியாயத்திற்குக் கட்டுப்பட்டு, கண்டிப்புடன் அந்தப் பிரச்சினையைத் தீர்மானிக்க வேண்டும்.

பிறகு பொருளாளர் அன்றைய தினத்தில் வங்கியின் இருப்பு, கையில் இருப்பு, வரப்போகும் செலவினங்கள் என்று அறிக்கையை படித்தல் வேண்டும்.

இதற்குப் பிறகு வேறு ஏதாவது பொது விஷயங்கள் பேச வேண்டுமென்றால் தலைவியின் உத்திரவுப்பெற்று பேசலாம்.

பொதுவாக ஒரு கூட்டம் நடத்த அல்லது ஆண்டுவிழா செய்ய என்ன செய்யவேண்டும்?

1. முதலில் தேதி தீர்மானிக்கவேண்டும்.

2. இடம், எத்தனை மணிக்கு நடத்தப் போகிறோம் என்பதைத்தீர்மானிக்கவேண்டும்

3. தலைமை வகிக்க யாரைக் கூப்பிடப் போகிறோம், ஆண்டு விழாவாக இருந்தால் பரிசளிக்க யாரை கூப்பிடப் போகிறோம்என்பதை தீர்மானிக்கவேண்டும். நான்கு, ஐந்து பெயர்களைத் தேர்ந்து எடுத்தல் வேண்டும். ஏனெனில் நாம் யாரைக் கூப்பிடப் போகிறோமோ அவர்களுடைய சௌகரியம் பற்றி நமக்கு முன் கூட்டியே தெரிவதில்லை. ஆகையால் இரண்டு மூன்று பேரை தேர்ந்து எடுத்து, அவர்களில் யார் தலைமை வகிக்க, பரிசளிக்க அங்கீகரிக்கிறார்களோ அவர்களை அழைக்கலாம்.

4. யாரை நாம் அழைக்க விரும்புகிறோமோ அவர்களை முதலில் சந்தித்து நம்முடைய ஏற்பாட்டை விளக்க வேண்டும். அவர்கள் அதற்கு ஒப்புதல் தந்து பிறகு நாம் செய்ய வேண்டியது.

5. ஒரு கடிதம் அவருக்கு எழுதி நமது மகிழ்ச்சியைத் தெரிவிக்க வேண்டும்.

6. பிறகு அழைப்பிதழ்கள் தயாரிக்க வேண்டும். இந்த அழைப்பிதழ்கள் தயார் செய்வதற்கு முன், சங்கத்தின் விழாவிற்கு வேண்டிய நிகழ்ச்சிகள் தீர்மானிக்கப்பட வேண்டும். அங்கத்தினர்கள் நடத்தும் கலைநிகழ்ச்சிகள், அங்கத்தினர்கள் குழந்தைகளின் கலைநிகழ்ச்சி எதுவாக இருந்தாலும் முதலிலேயே என்ன நிகழ்ச்சிகள் நடத்தப் போகிறோம். எத்தனை மணி நேரம் நடத்தப் போகிறோம் என்பது முடிவு செய்யப்பட வேண்டும். முடிவு செய்தபிறகு ஒத்திகைகள் நடத்தப்பட்டு நேரத்தைக் கட்டுப்படுத்த வேண்டும். நேரம் என்பது சங்கங்களுக்கு

நீங்கள்...
தரமான பொருளைப் பெற அதிகமாக
செலவு செய்கிறீர்களா?
அல்லது மட்டமான பொருளே போதும்
என்று இருந்து விடுகிறீர்களா?

பிஜ் கொண்டு அதை மதிப்பிடுங்கள்

செயல்திறனிலே
எவர்சில்வர் பாத்திரங்கள், கண்ணாடிப் பாண்டங்கள், வாஷ் பேஸின்கள், எவற்றிலிருந்தும் ஸூப்பர் பிஜ், கறைகள், கசடு, பிசுகு இவற்றை தீவிரச் செயல் புரிந்து நீக்கி விடுகிறது. விரைவில் நுரைவளம் பெருகும் திறனால் நாசுக்கான பாகங்களையும் சொரசொரப்பான பாகங்களையும் மென்மையாகவும், எளிதாகவும் சுத்தம் செய்கிறது. பல-வித உபயோக பிஜ் இருக்கையிலே வெவ்வேறு துலக்கும் தேவைகளுக்கு விலை அதிகம் கொடுத்து வெவ்வேறு பவுடர்கள் வாங்குவானேன்? உயர்ந்த சேமிப்பு மற்றும் உயர்ந்த செயல்திறன் — இவை சரியான அளவில் இணைந்த பிஜ் வாங்குவீர்.

விலையிலே
பிஜ், சிறந்த முறையில் சிக்கனம் மற்றும் தரம் இரண்டையும் பிணைக்கிறது. உண்மையில், பிஜ் அளிக்கும் சிக்கனம் இருதரப்பட்டது. இதோ கண்டுகொள்வீர் — இதர நன்கறிந்த துலக்கும் பவுடர்களைவிட பிஜ் 25% குறைந்த விலை கொண்டது. அத்துடன், மட்டமான துலக்கும் பவுடர்களைவிடக் குறைந்த அளவே பிஜ் போதும் மாசற்ற பளபளப்பு வீசுவதற்கு.



கோத்ரெஜ் தயாரிப்பு

விலையோ குறைவு, தரமோ உயர்வு

முக்கியமானதாக இருக்க வேண்டும். கால வரையறையின்றி நமது இஷ்டத்திற்கு கலைநிகழ்ச்சிகளை இழுத்துக் கொண்டுபோகக் கூடாது. இது அநேக மாதர் சங்கங்களில் நடக்கும் பெரும் தவறு. எந்த நிகழ்ச்சியையும் இரண்டு மணி காலத்திற்கு உட்பட்டு நடத்துதல் மிகவும் அவசியம்.

7. சில சங்கங்களில் பல போட்டிகள் வைத்து பரிசளித்து அங்கத்தினர்களை உற்சாகப்படுத்துவார்கள். (இது மிகவும் அவசியமாகிறது. பல திறமைகளை தங்களுடன் வைத்திருக்கும் பெண்களுக்கு அதை வெளிக்காட்ட இந்த மாதர் சங்கங்கள் ஒரு வழிகாட்டியாக இருக்கிறது. போட்டிகள் என்பது தமது திறமைகளை வெளிக்காட்ட ஒரு வழிகாட்டியாக அமைவதும் இல்லாமல் அங்கத்தினர்கள் ஒருவருக்கொருவர் பழகவும், புரிந்து கொள்ளவும் வாய்ப்பு அளிக்கிறது.) இந்தப் போட்டிகளின் பரிசுகள் தீர்மானித்து, பரிசுகள் வழங்கப்படவேண்டும்.

8. இறை வணக்கம் பாடுவது யார், தலைவி வரவேற்பு உரை வாசிப்பது, செயலாளர் ஆண்டு அறிக்கை படிப்பது, நன்றி உரை என்று இவைகள் தீர்மானிக்கப்பட்டுத் தயார் செய்யப்பட வேண்டும்.

9. அழைப்பிதழ்கள் தயாரிக்கப்பட்டு, அதில் யார் தலைமை வகிக்கிறார்கள், யார் சிறப்பு விருந்தினராய் வந்து பரிசளிக்கப் போகிறார்சள் என்பதைத் தெளிவாக எழுதப்படவேண்டும். அழைப்பிதழின் பின்னால் நிகழ்ச்சி நிரல் குறிப்பிடப்பட்டு இருக்க வேண்டும்.

10. விழா நாள் நெருங்க, அங்கத்தினர்கள் அடிக்கடி சந்தித்துக் கொள்ளல் அவசியம். எல்லாப் பொறுப்புக்களையும் செயலாளர், அல்லது பொருளாளர் என்பவர்கள் மாத்திரம் ஏற்று அலைந்து திரிந்து விழா நிகழ்ச்சியன்று ஓய்ந்து போய் களைத்து நிற்பார்கள். ஆகவே தலைவியாக இருப்பவர்கள் பொறுப்புக்களை பிரித்துத் தரவேண்டும். கடைக்குச் சென்று பரிசுப் பொருள்கள் வாங்குவதிலிருந்து விழா நிகழ்ச்சியன்று வாசலில் வரவேற்பு செய்பவர் யார் என்பது வரை தீர்மானிக்கப்பட்டு பிரித்துக்கொடுத்தல் வேண்டும். அப்பொழுது தான் அங்கத்தினர்கள் உற்சாகத்துடன் பங்கெடுப்பார்கள்.

11. பொருளாளர் அவ்வப்பொழுது செலவினங்களை குறித்துக் கொண்டே வர வேண்டும்.

12. விழாத் தலைவருக்கு, நமது சங்கத்தைப்பற்றி ஒரு அளவில் தெரியப்படுத்த வேண்டும். அப்பொழுதுதான் அவர்கள் தலைமை வகித்து தலைமை உரை ஆற்றுவதற்கு எளிதாக இருக்கும்.

13. அதேபோல் தலைமை வகிக்க வருபவர், சிறப்பு விருந்தினராக வருபவர் இவர்களைப் பற்றிய சிறு வாழ்க்கைக் குறிப்பு தெரிந்து வைத்து, அவர்கள் யார், சமுதாயத்தில் அவர்களின் பங்கு என்ன என்பதைக் குறித்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இவைகள் சங்கத் தலைவி வரவேற்பு உரை ஆற்றும்பொழுது அவர்களை வரவேற்க உதவியாக இருக்கும். தவிரவும் வந்த விருந்தினர்களை கௌரவித்தது போலவும்இருக்கும்

14. பரிசுப் பொருள்களை வரிசைக்கிரமப் படுத்துதல், மாலை போடுவது யார் என்பதிலிருந்து சிறுசிறு விஷயங்களையெல்லாம் தீர்மானித்தல் வேண்டும். அவைகள் அனைத்தும் ஒரு நோட்டுப் புத்தகத்தில் குறிப்பிடப்பட்டு இருக்க வேண்டும். அப்பொழுது தான் விழா சிறப்பாக நடைபெறும். இதன் பொருட்டுத்தான்ஒரு விழா அல்லது விசேஷக் கூட்டம் நடைபெறும் சமயத்தில் அங்கத்தினர்கள் அடிக்கடிக் கூடி விவாதித்து, வரிசைப்படுத்தி, தீர்மானித்து செயல்பட வேண்டும் என்பது. (இன்னும் வரும்)

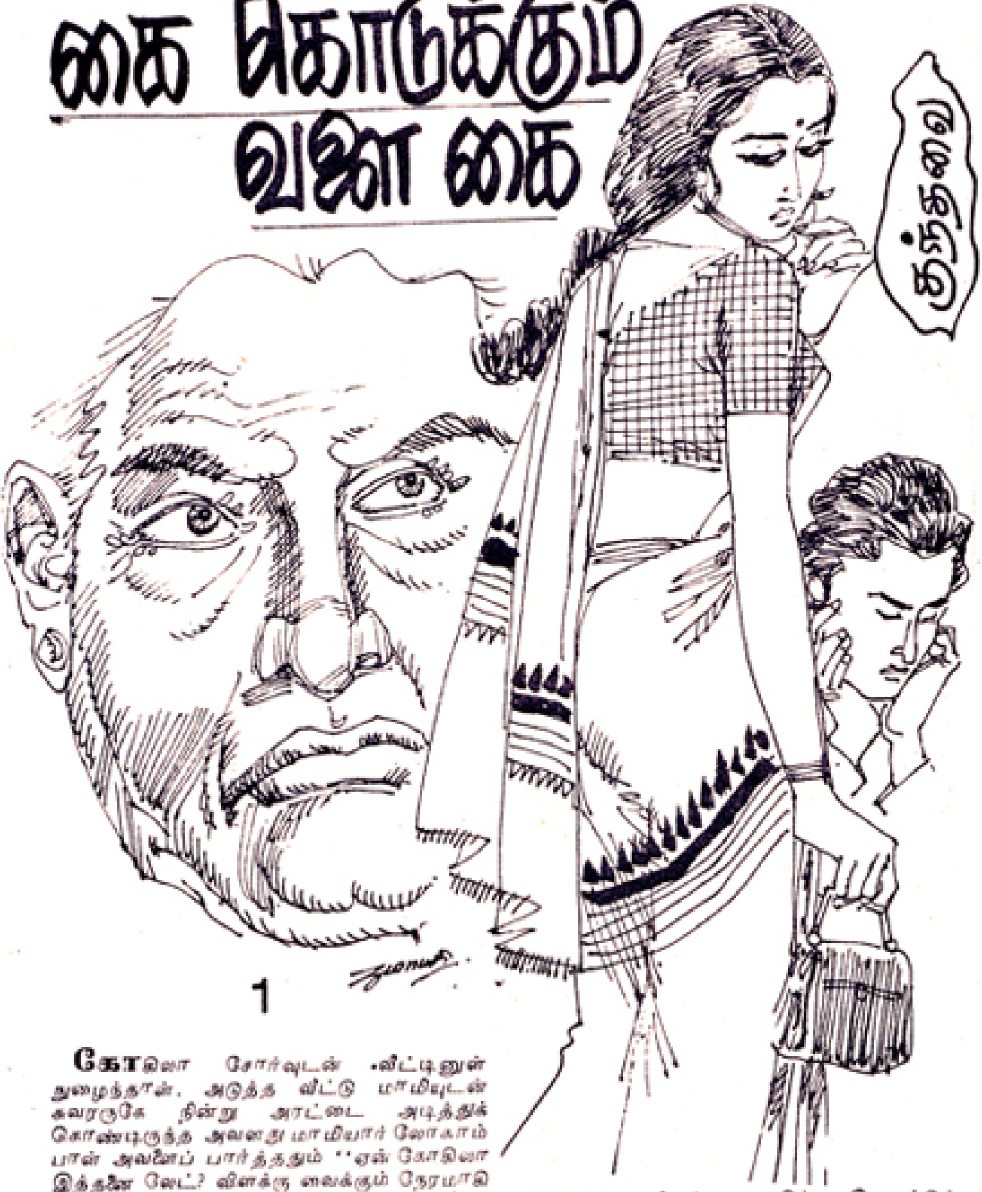


முதுகுவலியா - பல் டாக்டரிடம் காட்டுங்கள்

சரியானபடி சிகிச்சை அளிக்கப் படாத சொத்தைப் பற்களில், ரத்த ஓட்டத்தில் பாக்டீரியாக்கள் கலக்கும். சாப்பிடும் உணவுடன் கிருமிகள் வயிறு, குடல் முதலிய பாகங்களுக்குச் சென்று அங்கு புண்களை உண்டாக்கும். இது சிறுநீரகம், கண், காது என்று உடலின் பல பாகங்களைப் பாதிக்கும். ஒன்றுடன் ஒன்று சரியாகப் பொருந்தாத தாடைப் பகுதிகளால் ஏற்றத்தாழ்வாக உள்ள பற்களால் (இடுப்புவலி) கூட ஏற்படும் என்று அமெரிக்கப் பல் வைத்தியர் ஒருவர் காலிபோர்னியா பல் வைத்தியர் மாநாட்டில் அறிவித்திருக்கிறார்.

—ஜெயா வி. ராமன்.

கை கொடுக்கும் வளை கை



1

கோகிலா சோர்வுடன் வீட்டினுள் நுழைந்தாள். அடுத்த வீட்டு மாமியுடன் சுவரருகே நின்று அரட்டை அடித்துக் கொண்டிருந்த அவளது மாமியார் லோகாம்பாள் அவளைப் பார்த்ததும் ''ஏன் கோகிலா இத்தனை லேட்? விளக்கு வைக்கும் நேரமாகி விட்டதே? பொழுதோடு வீடு திரும்பக் கூடாதோ? சரி – சரி – அடுக்களை மேடையில் வெங்கலடம்ளரில் டிகாக்ஷன் வைத்திருக்கிறேன். காபி கலந்து குடித்து விட்டு விளக்கேற்று'' என்று உத்திரவிட்டு திரும்பி தன் அரட்டையைத் தொடரலானாள்.

கோகிலா கைப்பையை மேஜையில் வீசிப் போட்டவள் நாற்காலியில் சாய்ந்து கொண்டு இரு பொட்டுகளையும் பிடித்து விட்டுக் கொண்டாள்.

அன்று ஆபிஸில் வேலை அதிகம். ஆகவே கூட அரைமணி நேரம் இருந்து முடிக்க வேண்டிய நிர்ப்பந்தம் ஏற்பட்டது. ஒருவழியாக வேலைகளை முடித்துக் கொடுத்து பஸ்ஸைப் பிடித்து அதில் இடிபட்டுப் பயணம் செய்து வீடு வந்து சேர்ந்த பின் தான் உடம்பின் அசதியும் தலைவலியும் தெரிந்தது.

இந்த சமயத்தில் ''வாம்மா! ஏன் சோர்ந்து வரே. ஆபிஸில் வேலை அதிகமா? இந்தா சூடா காபி சாப்பிட்டு முகத்திலே ஜில்லுனு தண்ணீர் விட்டு அலம்பிக் கொண்டால் சோர்வு பறந்து விடும்'' என்று இதமாகப் பேசி மாமியார் காபியை நீட்டினால் எத்தனை நன்றாய் இருக்கும் என்று நினைத்துப் பார்த்தாள்.

அவளுக்குத் திருமணமாகி இந்த கார்த்திகையுடன் மூன்று வருடங்கள் முடியப்

குறுநாவல்

போயிருந்து. ஒருநாள் கூட லோகாம்பாள் அவனுக்காக காபி கலந்து தந்ததில்லை.

ஒரு தடவை அவனும் ரகுவும் நித்யாவின் கல்யாணத்திற்கு லோன் வாங்கும் விஷயமாக பாங்கிற்குப் போய் அலைந்து சோர்ந்து வீடு திரும்பினார்கள்.

ரகு டிரஸ்ஸைக் கூட மாற்றாமல் அப்படியே ஈஸிசேரில் சாய்ந்துகொண்டு, ''அம்மா! சூடா காபி கொண்டு வா'' என்று குரல் கொடுத்தான்.

கோகிலா அவர்களது அறைக்குப் போய் உடை மாற்றிக் கொண்டு வெளியே வந்த போது ஆவி பொங்கும் காபியை ரகுவிடம் நீட்டிய லோகாம்பாள் ''கோகிலா! மேடை யிலே உனக்கு டிகாக்ஷன் வைத்திருக்கி றேன். காபி கலந்து குடி'' என்றாள்.

கோகிலா முட்டி மோதிக் கொண்டு வரத் துடித்த குமுறலை அடக்கிக்கொண்டு உள்ளே போய் காபி குடித்தாள். ரகுவிடம்

> சேப்பங்கிழங்கு, கத்தரிக்காய், இவற்றை வதக்கும் போது கொஞ்சம் கடலைமாவைத் தூவி வதக்குங்கள். கொழகொழவென்று சேராமல் நீர்த்து 'மொறுமொறு'வென்று ஆகும். எண்ணெயும் அதிகம் வேண்டாம்.
>
> —எல். உமா

அன்றிரவு கேட்டுவிட்டாள். ''உங்கம்மா உங்களுக்கு காபி கலந்த போது எனக்கும் கலந்து கொண்டு வந்தால் என்ன? நானும் காலையில் உங்களோடு ஆபீஸிற்குக் கிளம்பி யவள்தானே? எனக்கு மட்டும் களைப்பாயிருக்காதா? நீங்களும் பேசாமலிருந்தீர்களே? அம்மாவிடம் ஒரு வார்த்தையாவது இது பற்றிக் கேட்டீர்களா?''

''ஒரு சின்ன விஷயத்தை ஏன் பெரிசு பண்ணுகிறாய் கோகிலா? அம்மா எனக்கு கலக்கும் போது உனக்கும் சேர்த்துக் கலக்க மறந்திருக்கலாமில்லையா? டோண்ட் பி ஸில்லி'' என்று அந்த விஷயத்தை அசட்டை செய்து விட்டான்.

கோகிலாவிற்கு நன்றாகத் தெரியும் லோகா வேண்டுமென்று தான் காபி கலக்கவில்லை என்று. மாமியார் ஸ்தானத்திலிருக்கிறவள் மாட்டுப் பெண்ணுக்கு காபிகலந்து தருவதா என்ற எண்ணம் கொண்டவள் அவள். ஆனால் கணவன் அவள் பக்கம் பரிந்து பேசவில்லையே? ஆகவே மேற்கொண்டு எதும் பேசவில்லை.

மணி டாண் டாணென்று ஆறு அடித்தது. அதுப்புடன் நாற்காலியை விட்டு எழுந்தவள் வேற்றுடை மாற்றிக்கொண்டு கொல்லைப்புறம் சென்று குழாயைத் திருப்பி இரு கைகளாலும் நீரை ஏந்தி முகத்தில் விட்டுக் கொண்டாள். பின் உள்ளே சென்று நெற்றிக்குக் குங்குமம் இட்டுக் கொண்டானதும் அடுப்படிக்கு சென்று காஸ் அடுப்பைப் பற்ற வைத்துக் காப்பியை கலந்து குடித்து விட்டுக் குத்து விளக்கை ஏற்றுவதற்குள் இருள் பரவத் தொடங்கி விட்டது.

''என்னடா இது? வீட்டில் பெண்கள் இருக்கிறார்களா, இல்லையா? விளக்கு கூட ஏற்றாமல் என்ன செய்து கொண்டு இருக்கிறீர்கள்?'' என்று இரைந்து கொண்டே உள்ளே நுழைந்தார் ரங்கராஜன்.

''உங்க நாட்டுப் பொண்ணை விளக்கேற்றச் சொல்லிவிட்டு பக்கத்து வீட்டு அம்புஜம் கூப்பிட்டாளே என்று போனேன். எங்கே கோகிலா? ஒரு பொண்ணுக்கு இருக்க வேண்டிய சுறுசுறுப்பு கொஞ்சம் கூட இல்லை. ஒரொரு பெண் ஆபீஸிலேயும் வேலை செய்திண்டு வீட்டையும் நிர்வாகம் பண்ணிண்டு எவ்வளவு சமர்த்தாய் இருக்கு? நமக்குன்னு வாச்சிருக்கு'' என்றபடி லோகா வாசல் விளக்கைப் போட்டாள்.

கோகிலா உதட்டைக் கடித்துக்கொண்டு எதும் பேசாமல் மற்ற அறை விளக்குகளின் ஸ்விட்ச்களைத் தட்டி விட்டாள்.

பின் லோகாவிடம் வந்து, 'இராத்திரிக்கு என்ன சமையல் செய்யட்டும்மா?'' என்று தணிவான குரலில் கேட்டாள்.

லோகா அவளுக்குப் பதிலே சொல்லாமல் உள்ளே சென்று காய்கறிக் கூடையை எடுத்து வந்தவள் ''கத்தரிக்காய் துவையல் செய்து ஜீரக ரசம் வைத்து அப்பளம் சுட்டால் போதுமா?'' என்று கணவரிடம் கேட்டாள்.

''உம்! எதையாவது செய்!'' என்று பதில் வந்ததும் கோகிலா லோகாவிடமிருந்து காய்கறிக் கூடையை வாங்கிக் கொண்டாள்.

சற்று நேரத்தில் எண்ணெய்க் கிண்ணத்துடன் லோகா கிளம்பி சென்றதும் அவள் சொன்னபடி சமையலை முடித்து விட்டுக் கோகிலா சற்று விஸ்ராந்தியாக உட்கார்ந்து கொண்டாள். சாப்பாட்டுக் கடை எட்டு மணிக்குத்தான்.

ஏனோ அவளுக்குச் சில நாட்களாக அலுப்பாக இருக்கிறது. காலையில் ஐந்து மணிக்கு எழுந்து பம்பரமாகச் சுற்றிச் சமையல் செய்து கணவனுக்குப் பரிமாறித் தானும் அவதி அவதியாய் உண்டு, பின் கொஞ்சம் டிபன் பாக்ஸிலும் அடைத்துக் கொண்டு ஓடி, பஸ்ஸைப் பிடித்து ஆபீஸுக்குசென்று அங்கு வேலை செய்து மாலை துவண்டுபோய் வீடு திரும்பி இரவு சமையலை செய்து, இப்படி யந்திரமாக விட்டதால் ஏற்பட்ட அலுப்போ?

அல்லது மத்தியானம் சுஜாதா பேசிய பேச்சினால் எழுந்த எழுச்சியோ? பசி வயிற்றைக் கிள்ள அவள் மனம் ஒவ்வொன்றாக ஆசை போடத் தொடங்கியது.

அன்று காலை கணவனுக்குக் காபி தரும் போது "என் ஃப்ரெண்டு சௌதாமினி ஒரு சிங்கப்பூர் புடவை விலைக்குத் தர கொண்டு வந்திருக்கிறாள். நான் வாங்கிக் கொள்ளட்டுமா? இருநூறு ரூபாய்தானாம்" என்றாள்.

ரகு அப்போது வாசல் வராந்தாவில் உட்கார்ந்து பேப்பர் படித்துக் கொண்டிருந்தான். வாசலில் பூத்திருந்த செம்பருத்திப் பூக்களை பூஜைக்காகப் பறித்துக்கொண்டிருந்த லோகாம்பாளின் காதில் கோகிலாவின் வேண்டுகோள் விழுந்தது.

"ஏன் கோகிலா! போன மாசம் தானே உன் தங்கை கல்யாணத்திற்காக உங்கம்மா புடவை வாங்கித் தந்தாள்? அதற்குள் இல்லேன்னு எதற்கு? நாளொன்றுக்கு பத்து டிசைன்களில் புடவைகள் வெளியாயிண்டிருக்கு. ஆக இப்படி ஆசைகளை வளரவிட்டுக் கொண்டே இருந்தால் உன் புடவைகளை வைப்பதற்கு ஒரு வீடு வாங்க வேண்டியதுதான்" என்று லோகா குறுக்கிட்டுப் பேசியதும் கோகிலாவின் முகம் வாடிப் போய் விட்டது.

இதைப் பார்த்த ரகுவிற்கு மனம் இளகியது. "ஏம்மா! என்னவோ மாசம் ஒரு புடவை அவள் வாங்குவது போல பேசறயே?' பாவம், அவளோட வேலை செய்யறவா எப்படியெல்லாம் டிரஸ் பண்ணிண்டு வரா தெரியுமா? அவளும் வேலைக்குப் போறவதானே. நல்ல புடவையா பார்த்து வாங்கிக்கக் கூடாதா என்ன?" என்று அதிசயமாக அவள் பக்கமாய் வாதாடினான்.

"என்னவோடாப்பா இரண்டு பேரும் வெந்ததும் வேகாததுமாய்ச் சாப்பிட்டு ஓடியாடி உழைக்கிறேளே. அந்தப் பணத்தை கண்டதிலே போட்டுக் கரியாக்காமல் நாலு காசு சேர்த்தால் பின்னாடி நல்லதாச்சே என்று சொன்னேன். வாயைத் திறக்கலாமோ நான்? எனக்கு என்னயோக்யதை இருக்கு? கண்ட பெண்கள் முன்னாடி பின்னே இட்டே ஏச்சுக் கேட்க வேண்டியதாய்ப்போச்சு" என்று ஆரம்பித்து விட்டாள்.

அதன் விளைவாக அரக்கப் பரக்கச் சமைத்து ஒரு வாய் சாப்பிடும் பாக்கியம் கூட இல்லாமல் கையில் டிபனையும் எடுத்துக் கொள்ளாமல் பஸ்ஸைப் பிடிக்க விரைந்து ஓட வேண்டியதாயிற்று.

பத்து மணிக்கு பசி வயிற்றைப் பிராண்ட காபியுடன் வரும் காண்டீன் பையனின் வரவை ஆவலோடு எதிர்பார்த்தவாறு அலுவலக வேலையில் ஈடுபட முயன்று கொண்டிருந்த போது அவள் தோழி சுஜாதா அவளருகே வந்து நின்றாள்.

"என்ன விஷயம் சுஜாதா" காண்டீன் பையனின் தலையைக் கண்ட மகிழ்ச்சியில் வினவினாள் கோகிலா.

"ஒண்ணுமில்லே! பத்து பேராச் சேர்ந்து ஒரு சீட்டுப் போடலாமென்று இருக்கோம். நீயும் சேருகிறாயா என்று கேட்டுப்போக வந்தேன்."

இந்த ஆபீஸில் ஒரு பழக்கம் இருந்தது. சின்ன சின்ன க்ரூப்பாய்ச் சேர்ந்து ஒரு குறிப்பிட்ட தொகையைப் போட்டுச் சீட்டு ஆரம்பிப்பார்கள். முதல் மாதமே பெயர்களைக் குலுக்கிப் போட்டு யார் யாருக்கு எந்த மாதம் என்று எழுதி வைத்துக் கொண்டு விடுவார்கள். ஒரு கணிசமான தொகை மொத்தமாகக் கிடைப்பதால் இதற்கு நல்ல வரவேற்பு இருந்தது.

கோகியின் தயக்கத்தைப் பார்த்த சுஜாதா சொன்னாள். "இந்த மாச சம்பளத்துடன் ஹவுஸ் ரெண்ட் அலவன்ஸ் ஐம்பது ரூபாய் கூட வரப் போகிறதே அதை இந்த சீட்டிலே முடக்கி விட வேண்டியதுதானே?"

> தாயின் தியாகம் மிகவும் பெரிது. தாய் தன் குழந்தைக்காகக் கண்ணை விலைக்காக்குகிறாள். கையைத் தொட்டிலாக்குகிறாள். ரத்தத்தைப் பாலாக்குகிறாள்.
> —சீனப்பழமொழி. விஜயா சீனிவாசன்.

அந்தப் பணம் அவர்கள் சற்றும் எதிர்பாராத கூடுதல் தொகைதான். ஆனால் அதன் வரவு அவர்களது வீட்டு பட்ஜெட் என்னும் அரக்கனுக்கு எப்படியோ தெரிந்து அதனை கபளீகரம் பண்ணக் காத்திருக்கே.

"ஸாரி சுஜாதா! இந்தப் பணத்திற்கு வேறு செலவு காத்துக் கொண்டிருக்கு! நான் சேரலே" என்றாள்.

ஏதோ சொல்ல வாயெடுத்த சுஜாதா மானேஜர் அறையிலிருந்து பஸ்ஸர் ஒலி வரவே, "நான் அப்புறமா வரேன். நல்லா யோசிச்சு வை" என்று சொல்லிவிட்டு விரைந்தாள்.

காபியைப் பருகிய கோகிலாவின் மனம் இந்தக் கூடுதல் தொகைக்கு செலவை லோகாம்பாள் நாளுக்காக கோர்த்த சம்பவத்தை நினைத்துப் பார்த்தது.

மூந்தாநாள் வழக்கம் போல சோர்வுடன் கோகிலா வீடு திரும்பிய போது சமையலறையிலிருந்து கம்மென்று வெங்காயக் குழம்பின் மணம் அவள் நாசியைத் துளைத்தது.

இரவு சமையல் செய்யும் பொறுப்பை அவளிடம் விடாமல் மாமியாரே செய்து

முடித்து விட்டதைக் கண்டு இது எதற்காகவோ என்று குழம்பினான்.

அவன் எதிர்பார்த்தது போல் அவள் காபி கலந்து குடித்து விட்டு வந்ததும் ''இந்தா! பிரபா கடிதம் போட்டிருக்கிறாள். படித்துப் பார்'' என்று ஒரு கடிதத்தை அவளிடம் கொடுத்து விட்டுப் போனான்.

அதைப் படித்த கோகிலா யோசனையில் ஆழ்ந்தவளாய் அப்படியே உட்கார்ந்து விட்டாள்.

ரகு ஆபிஸிலிருந்து வந்ததும் ''ஏம்மா கோகிலா! பிரபாவோட கடிதத்தை ரகுவிற்குப் படிக்கக் காட்டினியோ?'' என்றபடி லோகாம்பாள் அவர்கள் முன் வந்துநின்றாள்.

''உம்! இப்போதான் படிக்க முடிச்சேன்! என்னம்மா இது? இன்னும் நித்யாவோட கல்யாணக் கடனையே முழுசாய் அடைத்த பாடில்லை. இதற்குள்ளே பிரபாவோட பெண் ஆண்டு நிறைவுச் சீருக்கு எங்கே போறது? அவ மாமியார் கேட்டதாய் அவள் எழுதியிருக்கிற லிஸ்ட் படி செய்யணுமென்றால் குறைஞ்சது ஆயிரம் ரூபாயாவது ஆகும் போல இருக்கே? பணத்திற்கு எங்கே போறது? நித்யா கல்யாணத்திற்காக எல்லா இடத்திலேயும் பணம் புரட்டியாச்சு. இதோ இன்னும் ரெண்டு மாசத்திலே தலை தீபாவளி வேறே வரப்போறது. அட. அதற்காவது கோகிலா ஆபிஸிலே வருடா வருடம் ஏற்பாடு பண்ணித்தர்ற பாண்டியன் கூட்டுறவு சிறப்பங்காடியிலே லோனுக்கு துணி எடுத்துடலாம். இப்போஆண்டுச்செலவிற்கு யார் கிட்டே கையேந்தி நிற்கிறது?

''அடடா: ஏன் இப்படி பொரிஞ்சுத் தள்ளறே! குடும்பம் ஒரு சமுத்திரம் மாதிரி. அதிலே செலவு என்கிற அலை வந்துண்டே தான் இருக்கும். நீ இந்தச் செலவை நினைச்சு மலைச்சுப் போயிடாதே. அதற்கு ஒரு வழி வச்சிருக்கேன்'' என்றாள் லோகாம்பாள்.

கோகிலாவும், ரகுவும் லோகாவை ஆச்சர்யத்துடன் பார்த்தார்கள். அவள் தொடர்ந்தாள்: ''உங்க அப்பாவோட பிரண்ட் ஜனார்த்தனம் ஏலச்சீட்டு கம்பெனி நடத்தறாராம். அவர்கிட்டே முப்பது மாசத்திற்கு ஐம்பது ரூபாய்ச் சீட்டு சேர்ந்தால் நமக்காக முதல் சீட்டை ஆயிரம் ரூபாய்க்கு தர்றதாக ஒப்புக் கொண்டிருக்கார். இந்த மாதமே சேர்ந்து விடலாம் என்ன?''

''போம்மா! நம்மால் மாதம் ஐம்பது ரூபாய் கட்ட முடியுமா? இந்தத் தொகை பட்ஜெட்டில் உதைக்குமே!''

''அதெப்படிடா உதைக்கும்? இந்த மாசத்திலிருந்து தான் கோகிலாவிற்கு வாடகைப் படியாக ஐம்பது ரூபாய் கூட்டித் தரப் போகிறார்களாமே. அவளோட வேலை பார்க்கும் பாச்சா மாமா பிள்ளை சந்துரு யூனியன் பிரஸிடெண்ட் ஆச்சே. அவனே நேத்து சாயந்திரம் கோவிலிலே பாக்கறச்சே சொன்னான். நேற்று மத்தியானம் தான் பேச்சு வார்த்தை முடிந்ததாம். அதனாலே அந்த ரூபாயை அப்படியே கட்டிவிடலாம்'' என்று கூறியவுடன் ரகு சந்தோஷத்துடன், ''அப்படியா! என்ன கோகிலா! அம்மா சொல்றபடி செய்து விடலாமா?'' என்றான்.

எல்லாம் தீர்மானமான பிறகு கோகிலாவால் வேறு என்ன செய்ய முடியும்?

காபியைக் குடித்த தெம்பில் கோகிலா அலுவலக வேலையில் சுறுசுறுப்புடன் ஈடுபடலானாள். அன்றைக்கென அடுத்தடுத்து வேலை இருந்து கொண்டே இருந்தது.



அவளது தோழி வேணி வந்து, ''என்ன கோகி! எல்லோருமே சாப்பிடப்போயாச்சு. கிளம்பலையா?'' என்ற போது தான் நாற்காலியை விட்டு எழுந்தாள்.

அவள் கையில் டிபன் சம்படம் இல்லாததை கவனித்த வேணி, ''ஓஹோ! இன்று கான்டீனில் சாப்பாடா? அதுதான் சாப்பிடற ஆசையே இல்லாமல் வீட்டில் இருந்து விட்டாயாக்கும்'' என்றாள்.

கோகிலா உம் கொட்டிவிட்டுப் பேசாமல் நடந்தாள்.

''ஏன் கோகிலா! உன் மாமியார்கிட்டே வற்புறுத்திச் சொல்லி ஒரு ஆள் மூலமா சாப்பாடு அனுப்ப ஏற்பாடு செய்தால் என்ன?'' என்றாள்.

'இது முடிகிற காரியமா?' என்பது போல கோகிலா சிரித்தாள்.



"சிரித்து மழுப்பாதே கோகிலா. மனுஷன் உழைக்கிறதே இந்த எண்ஜாண் வயிற்றை நிரப்பிக் கொள்வதற்காகத்தான். இதற்கு வழி இல்லை என்றால் எதற்காக வேலை பார்ப்பது? கைநிறைய நீ வாங்கற சம்பளத்தின் பெரும் பகுதி அவங்களுக்குத் தானே போறது? அப்படியிருக்க உனக்குத் தேவையானதை நிறைவேத்தற கடமை அவங்களோடது இல்லையா? நான் கல்யாணமாகி வேலை பார்க்க நேர்ந்தால், என் மாமியார் கிட்டே கண்டிஷனாய் சொல்லிடுவேன். எனக்கு மத்தியானம் வீட்டுச் சாப்பாடு அனுப்பினால் தான் வேலைக்குப் போவேன். இல்லையேல் கால் கடிதாசி கொடுத்திடுவேன்... அப்படம்பேன்."

கோகிலா தனக்குள் சிரித்துக் கொண்டாள். திருமணமாகி வேலை பார்க்கும் போது சாப்பாடு ஒன்றுதானா பிரச்சினை? எத்தனை இருக்கின்றன? எல்லாவற்றுக்கும் கண்டிஷன் போட முடியுமா?

> அலர்ஜி எந்தக் காரணத்தை முன்விட்டு ஏற்பட்டிருந்தாலும் அதற்கு முதலுதவியாகச் செய்யவேண்டிய எளிய சிகிச்சை.
>
> மருதாணி இலையின் சாற்றைப் பிழிந்து தேங்காய் எண்ணெயில் கலக்கி நன்கு கண்ட வைத்து அதை உடலெங்கும் பூச அலர்ஜி கட்டுப்படும்.
>
> —திருமதி தேவநாதன்.

கல்யாணம் முடிந்து மாமியார் வீட்டிலிருந்து வேலைக்குப் போகத் துவங்கிய போது கோகிலாவின் மத்தியானச் சாப்பாடு பற்றிக் கேள்வி எழுந்தது. லோகாம்பாள் ரகுவிடம்,

"அவள் ஆபீஸுக்குக் கிளம்பறபோதே சமையல் ஆயிடறது. இங்கேயே ஒரு தடவை சாப்பிட்டதற்கு அப்புறம் மறுபடியும் என்னத்துக்காக டிபன் காரியர்லே போட்டு அனுப்பணும். எதுக்காக பதினைந்து ரூபாய் சாப்பாட்டுக்காரனுக்கு வேறே அழணும்? எனக்கும் ஒருநாளைப் போலே டிபன் காரியர்லே ரொப்பி வச்சு சாப்பாட்டுக்காரனை எதிர்பார்த்திண்டு உட்கார முடியாது. அவதான் கூடை மாதிரி பெரிய ஹாண்ட் பாக்கைத் தூக்கிண்டு போறாளே? டிபன்பாக்ஸிலே பிசைந்து கொண்டு அதிலே வைத்துக் கொண்டு போகட்டும்" என்று பிரச்சினையைத் தீர்த்து விட்டாள். டிபன் பாக்ஸ் கொண்டு வர முடியாத இது போன்ற நாட்களில் காண்டீனே துணை.

காண்டீனிலிருந்து பொங்கலும் வடையும் வாங்கிக் கொண்டு வேணியின் அருகே உட்கார்ந்த கோகிலா எதிர் வரிசையில் உட்கார்ந்திருந்த ராதிகாவைப் பார்த்து முறுவலித்து விட்டு "ராதிகா! இன்று நீயும் லேட் போலிருக்கே" என்றாள்.

ராதிகாவின் முகம் கோபத்தில் சிவந்தது.

"ஆமாம்! இன்று காலை எனக்கும் என் மாமியாருக்கும் சரியான சண்டை. அதனால எல்லாமே லேட்" என்றாள்.

"வழக்கம் போல சண்டை என்று சொல்லேன்" என்று கூறிக் கிண்டலாகச் சிரித்தாள் சீதா.

"உனக்கு எல்லாமே கேலிதான். மாமியார், மாமனார், நாத்தனார் என்று பிடுங்கல் கிடையாது. உன்னை மாதிரியா நான்? தினம் அவர்களோடு மல்லாட வேண்டியிருக்கிறது" என்று அலுத்துக் கொண்டாள் ராதிகா.

"அதைவிடு! முதலில் சப்ஜெக்டுக்கு வா. எதற்காக சண்டை?" ஆவலோடு வம்பைக் கேட்கத் தயாரானாள் உமா.

"காரணமென்று பார்த்தால் ஒன்றுமே இல்லையாக. உப்பு பெறாத விஷயத்திற்கு கூட என் மாமியார் என்னோடு மல்லுக்கு நிற்பாள். இருந்தாலும் சொல்றேன் கேள். ஒருநாளைப் போல தினம் ஐந்து மணிக்கே எழுந்து காபி போட்டு பாய்லரை பற்ற வைத்து வெந்நீரைப் போட்டு வாசலில் கோலம் போட்டுக் குளித்து சமைப்பது என்று செஞ்சு செஞ்சு அலுத்துப் போயிடுத்து. நான் என்ன பணம் கைநீட்டி வேலை செய்யற வேலைக்காரியா என்ன? இவாளுக்கெல்லாம் எதுக்காக உழைக்கணும்? சொல்லப் போனா சுளையா முன்னாங்கிப் பத்தையா என் சம்பளத்திலே இருந்து ஐநூறு ரூபாய் தரேனுக்கும். அப்படியிருக்க நான் என்னத்துக்காக இவாளுக்கு உழைச்சிக் கொட்டணும்? நடக்கிறது நடக்கட்டுமென தூங்கி விட்டேன்.

வழக்கம் போல் ஆறு மணிக்கு என் மாமியார் எழுந்திருக்கிறாள். காபி ரெடியாகலை. வெந்நீர் அடுப்பு எரியலை. வாசலிலே கோலமும் போடலை. எப்படியிருந்திருக்கும்?

முணுமுணுத்துக் கொண்டே வேலை செய்திருக்கிறாள். அந்தக் கோபத்திலோ இல்லை பில்டரில் சரியாக இறங்காததாலோ டிகாக்ஷன் தண்ணியாக இருந்தது. எனக்கு காபி கள்ளிச் சொட்டு மாதிரி இருக்கணும். அதனாலே டிகாக்ஷனை கீழே கொட்டிவிட்டு நெஸ் காபி கலந்து குடித்தேன். அவ்வளவுதான். என் மாமியார் காளி அவதாரம் எடுத்து விட்டாள். "சம்பாதிக்கிற திமிரிலே எட்டு மணி வரை தூங்கறேளும். குடும்பம் நடத்தறப் பொண்ணு இல்லை. அது. இது என்று பேசினாள். நான் சும்மா இருப்பேனா? என் பங்குக்கு நானும் கத்தினேன். நான் கத்த அவள் கத்த சண்டை நீண்டு விட்டது.

"உன் கணவர் ஒண்ணுமே பேசலியா?"



ஹேலோ வழங்குது
கூந்தல் எழில்—
கூந்தல் பெற்றிடும்
மென்மை சுகம்.
அதன் மணமோ
அபூர்வப் புதுமையே,
ஹேலோ உணர்வே
உன்னதமே.

வியப்பூட்டும் புதிய ஹேலோ வரிசை

ஹேலோ எக்
ஷாம்பூ—
புரத
ஊட்டத்திற்கானது.

புதிய ஹேலோ
க்ரீன் ஆப்பிள்
ஷாம்பூ—
வியப்பூட்டும்
புத்துணர்வு மணம்
அளிக்கிறது.

புதிய ஹேலோ
ஹெர்பல்
ஷாம்பூ—
மூலிகைகளின்
இயற்கை நலன்கள்
உள்ளது.

ஹேலோ உணர்வே உன்னதமே!

GKGE.883.29.TM


கடலலையில் நீராடும் சுகம்...
உலகையே வென்றிட
ஒரு புதிய குளியல் சோப்
வேவ்!
கொழிக்கும் நுரைவளம்
செழிக்கும் அற்புத நறுமணம்
ஈடிணையற்றது
வேவ்!
இன்றே உபயோகித்துப் பாருங்கள்.
WAVE
LUXURY
TOILET SOAP
புதிய
வேவ்
லக்சுரி டாய்லெட் சோப்
உடலெங்கும் நிறைந்திடும் உல்லாச நறுமணம்!

''அவர் என் பக்கம் பரிந்து பேசினால் நான் ஏண்டி இப்படி இருக்கிறேன்? அவர் வாயைத் திறக்கணுமே? ஊம். இவ்வளவு அமர்க்களம் நடக்கிறது. எந்தக் காட்டில் பெய்த மழையோ என்கிற மாதிரி பேப்பரிலே தலையைப் புதைத்துக் கொண்டு விட்டார்.''

'அவர் வேறு என்ன செய்திருக்க முடியும்?' என்று தனக்குள் கேட்டுக் கொண்டாள் கோகிலா. இருவரில் யார் பக்கம் அவர் பரிந்து பேசினாலும் அடுத்தவள் கண்ணைக் கசக்க ஆரம்பித்து விடுவாள். ராதிகாவின் கணவனை நினைத்த போது பாவமாக இருந்தது. மாமியார் செய்வது தவறாகவே இருந்தாலும் கணவனுக்காக ராதிகா ஏன் விட்டுக் கொடுக்கக் கூடாது? என்று நினைத்தாள்.

தன் வீட்டிலும் மாமியார் அவ்வப்பொழுது இளப்பும் பூசல்களையும் அதில் தான் பங்கெடுக்காமல் மௌனம் சாதித்து அவைகளை விலக்கி விடுவதையும் இப்பொழுது நினைத்துப் பார்த்தாள்.

'அப்பப்பா! ஒவ்வொருவரின் வாழ்க்கையிலும் எத்தனைப் பிரச்சினைகள், சுழல்கள்? படிக்காத பெண்களுக்குத் தான் அந்தக் காலத்தில் பலவிதமான பிரச்சினைகள் இருந்தன என்றால் படித்து வேலை பார்க்கும் பெண்களுக்கும் பிரச்சினைகள் வேறு வடிவங்களில் இருக்கின்றன.

''என்னடி நீயே சிரித்துக் கொள்கிறாய்?'' என்று சாரதா கேட்டாள்.

''ஒண்ணுமில்லே. ராதிகா பேச்சைக்கேட்டால் சிரிப்புதான் வருது'' என்றாள்.

''இதிலே சிரிக்கறதுக்கு என்ன இருக்கு? வீட்டிற்கு வீடு நடக்கிற கதைதானே? ஏன் உன் மாமியார் உன்னை நடத்தற விதம் எங்களுக்குத் தெரியாதா? உன்னை மாதிரி மனசுக்குள்ளே வச்சிப் பூட்டிக்க எனக்குத் தெரியாது'' என்றாள் ராதிகா நிஷ்டூரமாக.

''நீ சொல்ற மாதிரி வீட்டிற்கு வீடு நடக்கிற கதைதானே? அதை ஏன் அம்பலத்திற்குக் கொண்டு வந்து அவர்களைச் சிறுமைப்படுத்தணும்?'' என்று தனக்குள் சொல்லிக் கொண்ட கோகிலா அதை வெளியே சொல்லி ராதிகாவின் கோபத்தை அதிகப்படுத்த விரும்பாதவளாக மௌனம் சாதித்தாள்.

அப்பொழுது அவளருகே வந்த சுஜாதா ''என்ன கோகிலா! சீட்டில் சேருகிறாயா?'' என்று கேட்டாள்.

''நான்தான் அப்பொழுதே சொல்லிவிட்டேனே, சாரி சுஜாதா'' என்றாள் கோகிலா மெல்லிய குரலில்.

சுஜாதா அவளருகே ஒரு நாற்காலியை இழுத்துப் போட்டுக் கொண்டு உட்கார்ந்தாள். ''நான் சொல்கிறேனென்று தப்பாய் நினைக்காதே கோகிலா. குடும்பம் என்பது பெரிய சமுத்திரம் மாதிரி. அதில் செலவு என்கிற அலைகள் வந்து கொண்டே இருக்கும். அதனாலே வேலை பார்க்கின்ற உன் மாதிரி பெண்கள், கொஞ்சம் ஜாக்கிரதையாக இருக்கணும். நீ ஒரு பைசா கூட சேமித்து வைத்துக் கொள்ளாமல் அத்தனை ரூபாயையும் அந்தக் குடும்பத்திற்கென்று செலவழித்து விடுகிறாயே அதை உணர்ந்து கொஞ்சமாவது உன் மீது கரிசனம் காட்டுகிறார்களா?

உன் சம்பாத்தியம் வருவதற்கு முன் அவர்கள் என்ன செய்து கொண்டிருந்தார்கள்? அப்பொழுதும் குடித்தனம் ஓடிக் கொண்டுதானே இருந்தது. சம்பாதிக்கிறாளே, கொடுக்கட்டுமே என்ற எண்ணத்தில் செலவுகளை அதிகப்படுத்திக்கொண்டே போவதை நீ ஏன் உணர மாட்டேனென்கிறாய்? உன் இரண்டாவது நாத்தனார்

குரல் இனிமைபெற பெண்கள் வெங்காயத்தை அடிக்கடி சாப்பிட்டுவர வேண்டும். இயற்கை வைத்தியர்கள் இதைத்தான் கூறுகிறார்கள். உலகப் புகழ் பெற்ற நீரோ மன்னன் குரல் வளத்திற்காக வெங்காயம் அடிக்கடி சாப்பிட்டு வந்ததாகச் சரித்திரக்குறிப்பும் இருக்கிறது.

—ஆர். எஸ். சுப்பிரமணியன்.

நித்யாவிற்கு என்ன அவசரமென்று அவள் வேலையில் சேர்ந்து ஆறு மாசம் முடியறதுக்கு முன்னமே கல்யாணம் செய்து வைக்கணும்? அப்படியாவது பணம் கொட்டிக் கிடந்ததா இல்லையே! நீயும் உன் கணவரும் அந்தக் கல்யாணத்திற்காக என்ன கஷ்டப்பட்டீர்கள் என்று எனக்குத் தெரியாதா? கல்யாணத்தோடே செலவு முடிஞ்சிடறதா? இல்லையே. தலைதீபாவளி, கார்த்திகை, பொங்கல் என்று வரிசையாக செலவு வருகிறதே? இதையெல்லாம் நீங்கள் ரெண்டு பேரும் தானே செய்யணும்? அட்லீஸ்ட் இரண்டு வருஷமாவது உன் நாத்தனார் வேலை செய்திருந்தால் கணிசமாய் ஒரு தொகை சேர்த்திருக்கலாமே? என்ன நான் சொல்றது?'' சுஜாதா தன் பேச்சை சற்றே நிறுத்தி கோகிலா சிந்திக்க அவகாசம் கொடுத்தவளாய் வாட்டர் ஜக்கிலிருந்து நீரை எடுத்துக் குடித்தாள்.

சுஜாதா சொல்வது வாஸ்தவம்தான். நித்யா பி. எட். டிரெய்னிங் முடித்தவுடனேயே அவள் படித்த பள்ளியில் வேலையும் கிடைத்து விட்டது.

அங்கு படித்த மாணவிகளில் ஒருத்தியான மாலதியின் தமையன் சேகர் ஏதோ காரணமாய் பள்ளிக்கு வர, அவன் கண்களில் நித்யா பட, கண்டதும் காதல் கொண்ட அவன் தன் பெற்றோரிடம் தெரிவிக்க தங்களது ஒரே மகனின் விருப்பத்தைத் தட்ட முடியாது அவர்களே வீடு தேடி வந்து பெண்ணைக் கேட்டு, ஜாதகம் பொருந்தி கல்யாணமும் நடந்து விட்டது.

உண்மையில் ரகுவின் பெற்றோர் தயங்கினார்கள். இன்னும் மூத்த பெண்ணின் கல்யாணக் கடன் அடைந்தபாடில்லை. இந்நிலையில் நித்யாவின் சம்பளம், எவ்வளவோ உதவியாக இருக்கும். ஆனால் நல்ல இடத்து சம்பந்தம், அதுவும் அவர்களே வலுவிலே தேடி வரும் போது எப்படி மறுப்பது. நித்யாவின் அதிருஷ்டம் பிள்ளை வீட்டார் வரதட்சணை, சீர் வரிசை என்று எதுவுமே கேட்கவில்லை. ஆகவே கடனோடு கடனாக நித்யாவின் கல்யாணத்தை முடிப்பதைத் தவிர வேறு வழி இல்லாது போயிற்று.

சைனஸ் நோய் உள்ளவர்களுக்கு மூக்கடைப்பு ஏற்படும் அச்சமயத்தில் மூக்கில் இரண்டு சொட்டு நல்லெண்ணை விட்டால் அடைப்பு நீங்கிவிடும்.

—வசந்தா கோவிந்தன்.

ரகு பிரபாவின் கல்யாணத்திற்காக அவன் ஆபீஸில் எல்லா விதத்திலும் கடன் வாங்கி இருந்ததால் கோகிலா தான் தன்னுடைய ஆபீஸில் சொஸைடி மூலமாயும், பி. எஃப் லோன் போட்டும் தனது நகைகளை அடமானம் வைத்தும் பெருமளவு பணம் கடன் வாங்கித் திருமணம் நன்றாய் நடக்க உதவினாள்.

அதை இப்பொழுது சுஜாதா சுட்டிக் காட்டிய பொழுது அவள் சொன்னதில் நியாயம் இருப்பது போல அவனுக்குத் தோன்றியது.

சுஜாதா தன் புத்திமதியைத் தொடர்ந்தாள். "கோகிலா! இந்த ஆண்களுக்கு ஒன்றுமே தெரியாது. நாம்தான் தெளிவுகளிவுடன் நடந்து நாலு காசை சேர்க்க வேண்டும். என்னவோ எனக்குத் தோன்றியதைச் சொன்னேன். நல்லவேளையாய் இது வரை உனக்குக் குழந்தை பிறக்கவில்லை. அது பிறந்தால் அப்பொழுது தெரியும் இவர்களது குலவம். உங் சம்பாத்தியம் அவர்களுக்குத் தேவையாய் இருக்கும் — ஆனால் உன் குழந்தையைப் பார்த்துக் கொள்வது பாரமாய்ப் போய் விடும். பிள்ளையைச் சுமக்கறதுக்குப் பாரம் சுமக்கலாம் என்று நீங்கள் தனிக் குடித்தனம் கேட்கும் முன்னால் அவர்களே கிளம்பிப் போய் விடுவார்கள். இது மாதிரி கேசுகள் எத்தனையோ நீயும் பார்த்துக் கொண்டுதானே இருக்கிறாய் -- சரி, சரி, நான் வருகிறேன். மகளே உன் சமர்த்து" என்று நகர்ந்தாள்.

2

வாசற்புறம் மாமியாரின் குரல் கேட்கவே அலைபாயும் மனதை அடக்கிக்கொண்டவளாய் சமையலறைக்கு வந்தாள்.

சாப்பாட்டுக் கடை முடிந்து சமையலறை வேலையும் முடிந்த பின் மாமியாருடன் உட்கார்ந்து மறுநாளைக்கு வேண்டிய காய் கறிகளை நறுக்கலானாள்.

"கோகிலா! நாளை ஆடி வெள்ளிக் கிழமை. சீக்கிரமே எழுந்து விடு. வாசலில் செம்மண் இட்டுக் கோலம் போட்டாகணும். நீயும் ஒரு கை எண்ணை வைத்துக் குளித்து விடு" என்றாள் லோகாம்பாள்.

வாழைப்பூவில் இருந்த கள்ளனை நீக்கி பூவை அவளுக்கு உதவியாக ஆய்ந்து கொண்டிருந்த கோகிலா தலையை அசைத்தாள். போன வருடம் இதே நாளில் நடந்த சம்பவம் இப்போது நினைவுக்கு வந்தது.

நித்யா வேலைக்குப் போக ஆரம்பித்திருந்த சமயம். சாதாரணமாகவே ஆறுமணி வரை தூங்கும் அவள் வேலைக்குச் சேர்ந்த பின் ஏழுமணி வாக்கில் எழுந்திருந்து குளித்து சாப்பிட்டுச் சிங்காரித்துக்கொண்டு கிளம்புவாளே தவிர கோகிலாவிற்கு ஒத்தாசையாக ஒரு துரும்பைக் கூடக் கிள்ளிப் போட்டதில்லை. உலக நடப்பை நன்கு உணர்ந்திருந்த கோகிலா தான் அது குறித்து ஏதாவது பேசினால் பிரச்சினை தான் கிளம்புமே தவிர தனக்கு அதனால் எந்தவிதமான லாபமும் கிடைக்காது என்று உணர்ந்தவளாக இருந்து விட்டாள்.

அன்று முதல் ஆடி வெள்ளிக்கிழமை. அதனால் கோகிலா எண்ணெய் தேய்த்துக் குளித்து விட்டு சமையல் முடிக்க தாமதமானது.

ஆபீஸுக்குக் கிளம்ப நேரமான எரிச்சலில் ரகு ஆற அமர ஸ்நானம் செய்துவிட்டு பாத்ரூமை விட்டு வெளியே வந்த நித்யாவைப் பார்த்ததும் கத்தினான். "ஏன் நித்யா? நீயும் கொஞ்சம் கூடமாட உன் மன்னிக்கு ஒத்தாசை செய்யக் கூடாதா? அவளும் உன்னைப் போலத்தானே வேலைக்குப் போய் வருகிறாள்?" என்று வேறு கேட்டுவிட்டான்.

சமையலறையில் வேலையாக இருந்த லோகாம்பாளின் காதில் இது விழுந்தது. "அடேயப்பா! பெண்டாட்டி மேலே கரிசனத்தைப் பார். நான் தான் நித்யாவை

தளிர்நடை தளராதிருக்க...



உங்கள் குழந்தைக்கு போலியோ சொட்டு மருந்து அளித்து
இளம்பிள்ளை வாத நோயிலிருந்து பாதுகாப்பு அளித்திடுங்கள்.

ஞாயிறு காலை 8.30 முதல் பகல் 12.30 வரை	புதன் காலை 8.30 முதல் பகல் 10.30 வரை	சனி மாலை 3.00 முதல் 6.00 வரை

மருத்துவரின் மேற்பார்வையில் போலியோ சொட்டு மருந்து, டிரிபிளாண்டிஜென், மீஸில்ஸ் வாக்ஸின்
பி.ஸி.ஜி., டி.ஏ.பி., காலரா, டூயல் ஆண்டிஜென் டெட்டனஸ் டாக்ஸாய்ட் (டிடி) தடுப்பு ஊசி அளிக்கப்படும்

தமிழ்நாடு தாதா பார்மஸூடிகல்ஸ் லிமிடெட்

10, பத்மாவதியார் சாலை, ஜெய்பூர் நகர், (ஆயிரம் விளக்கு மசூதி அருகில்)
சென்னை.600086. தொலைபேசி : 810646

முதல்-உதவித் தகவல்!

ஸ்பாட் மற்றும் பாட்ச்

பாண்ட்-எய்ட் மட்டுமே இவ்வித வசதியான வடிவங்களில் வருகின்றது.



வட்டமான பட்டி அங்கு
வேறு எந்தப் பட்டியும்
நன்கு அமையாது



சதுரமான பட்டி அங்கு
வேறு எந்தப் பட்டியும்
நன்கு ஒட்டாது.



பாண்ட்-எய்ட்

பாதுகாக்கிறது சிறப்பாக.
ஆற்றுகிறது விரைவாக.

Johnson & Johnson

OBM/3810/TAM

மெதுவாய் எழுந்தால் போதுமென்று சொன்னேன். இரண்டு பேரும் வேலைக்குப் போறவா என்று பொதுவா பேசினப்புல ஆச்சா? அந்த ராணியம்மாவிற்கு ஏ. ஸி. ரூம்ல புடவை நுனி கூட கசங்காமல் வேலை செய்யற உத்தியோகம். நித்யாவிற்கு அப்படியா? தினம் நூறுப் பசங்களோட மல்லுக்கு நின்னு அதுகளோட மூளையிலே பதியற மாதிரி கத்திப் பேச வேண்டிய உத்தியோகமா இருக்கு. ஆய்ந்த ஓய்ந்த களைச்சுப் போய் குழந்தை வரா பாவம். நானே கல்யாணமாகி ஒருத்தரோட வாழ வேண்டிய பொண்ணாச்சே. அவள் சௌகரியம் முக்கியமில்லையா?'' என்று மகளுக்குப் பரிந்து பேசினாள்.

கோகிலாவிற்குச் சிரிப்பு வந்தது. ஏ. ஸி. ரூமில் புடவைத் தலைப்பு கசங்காமல் பார்க்கிற வேலைக்கு யாராவது நூற்றுக் கணக்கில் சம்பளம் தருவார்களா? ஏ. ஸி. யின் குளிர்ச்சியைக் கூட உணர முடியாமல் இருக்கிற வேலைப் பளுவை விவரித்துச் சொன்னால் புரிந்து கொள்வார்களா? ஒரு கண்ணில் சுண்ணாம்பும் மற்றொரு கண்ணில் வெண்ணெயும் விட்டுப் பார்க்கும் சுபாவம் கொண்ட இவர்களிடம் வேறு எதை எதிர்பார்க்க முடியும்?

அதற்குள் நித்யா சொன்னாள். ''இதையெல்லாம் அண்ணாவா பேசுகிறான். மன்னி சொல்லித் தருவதைத் திருப்பிச் சொல்கிறான்.''

ரகு சீறினான். ''மன்னி என்னத்துக்கு சொல்லித் தரணும். நடக்கறதை நானும் பார்த்துக் கொண்டுதானே இருக்கிறேன்.''

கோகிலா இடைமறித்துப் புகுந்தாள். 'இப்படியே பேச்சை வளர விட்டால் இன்று யாருமே வேலைக்குப் போக கிளம்ப முடியாது. கிளம்பற வழியைப் பாருங்கள். எல்லோருக்கும் காலை நேரப் பரபரப்பில் பேச்சு சூடாக கிளம்பி விடுகிறது. இதை ஏன் பெரிசு பண்ணுகிறீர்கள்?'' என்றபடி அவனை ரூமிற்குள் அனுப்பினாள்.

''அடேயப்பா! அவனைத் தாண்டி விட்டு இப்போ பசப்பு வார்த்தை பேசறதைப் பார்'' என்று நித்யா முணுமுணுத்ததை கோகிலா காதில் போட்டுக் கொண்டதாகவே காட்டவில்லை.

லோகாம்பாள் அவள் சிந்தனையைக் கலைப்பது போல மீண்டும் பேசினாள். ''என் பெரியம்மா பெண் தனம் உன்னை வெற்றிலை பாக்கு வாங்கிக் கொள்ள நாளைக்கு வரச் சொல்லியிருக்கிறாள். மத்தியானம் பர்மிஷன் போட்டு ஆபிஸிலிருந்து நேரே அவள் வீட்டிற்குப் போய்த் தாம்பூலம் வாங்கிண்டு இருட்டறதுக்கு முன்னாடி வீடு வந்து விடு. என்ன?''

''ஆகட்டும்மா'' என்ற கோகிலா கவளங்களை அள்ளி அப்புறப்படுத்தினாள்.

3

தனத்தின் வீடு ஆர்வி நகரில் இருந்தது. அவளது கணவர் மதுரை மில்லில் பெரிய ஆபீஸராக இருந்தார். காரும் பங்களாவுமாக செல்வச் செழிப்பில் இருந்தாலும் அதற்கான அகம்பாவம் இல்லாத நல்ல சுபாவம் தனத்திற்கு.

கோகிலா தனத்துடன் அவ்வளவாக ஒட்ட மாட்டாள். பணக்காரர்களுடன்



ஒதுங்கித்தான் பழக வேண்டும் என்று எண்ணும் சுபாவம் கொண்டவன் அவன்.

இரண்டொரு தடவை கணவனுடன் தனத்தின் வீட்டிற்கு வந்திருந்தாலும் தனியாக வருவது இதுதான் முதல் தடவையாதலால் தயக்கத்துடனே உள்ளே நுழைந்தாள் கோகிலா.

உற்சாகத்துடன் அவளை வரவேற்று டிபனும் காப்பியும் கொடுத்து உபசரித்துவிட்டு அவளை பூஜை ரூமிற்குக் கூட்டிப் போனாள்.

அங்கு தயாராய் வெள்ளித்தட்டில் வைத்திருந்த வெற்றிலை, பாக்கு, பழம், தேங்காயுடன் புதுப் புடவையையும் ரவிக்கைத் துணியும் வைத்து அதை அவளிடம் நீட்டி, "எடுத்துக் கொள்ளம்மா" என்றாள்.

காதுகளில், தோடு போட்டுக் கொள்ள முடியாமல் வரும் கரப்பானுக்குக் கடுக்காய், கொஞ்சம் வேப்பிலை, மஞ்சள் மூன்றையும் நன்றாக அரைத்துப் போட்டால் இரண்டே பொழுதில் நீர் வடிவது நின்று அரிப்பின்றி நன்றாக ஆறிவிடும். பரவாது.

—எஸ். உமா

கோகிலா சற்றுத் திகைத்துப் போய், 'இதெல்லாம் எதற்கு?' என்கிற பாவனையில் தனத்தைப் பார்த்தாள்.

அதைப் புரிந்து கொண்ட தனம் கனிவுடன் "எடுத்துக் கொள்ளம்மா. உன்னைப் போன்ற பெண்களுக்கு கொடுத்து மகிழ நான் கொடுத்து வைத்திருக்கணும்" என்றாள்.

கோகிலா ஒன்றும் புரியாமல் தட்டை வாங்கிக் கொண்டு தனத்தை நமஸ்கரித்தாள்.

அவளை ஊஞ்சலில் தன் அருகே உட்கார்த்தி வைத்துக் கொண்ட தனம், "உன்னைப் பற்றி நான் அடிக்கடி இவரிடம் புகழ்ந்து கொண்டே இருப்பேன்" என்றாள்.

கோகிலா வெட்கத்துடன் தன் விழிகளை தாழ்த்திக் கொண்டாள்.

தனம் தொடர்ந்தாள்: "ஏன் தெரியுமா கோகிலா? எனக்குத் திருமணமாகிப் புக்ககத்தில் கால் வைத்த போது இது போன்ற செழிப்பான வாழ்க்கை இல்லை. என் கணவர் தான் மூத்த பிள்ளை. என் மாமனார் ஒரு பள்ளிக்கூட வாத்தியார். என் மாமியார் ஒரு சீக்காளி. இவருக்குக் கீழே அடுக்கடுக்காய் படிக்கும் இரு தம்பிகளும், மூன்று தங்கைகளும் இருந்தார்கள். அம்மாவின் மருந்துச் செலவு, தம்பிகளின் படிப்புச் செலவு, தங்கைகளின் கல்யாணச் செலவு என்று அடுக்கடுக்காக எத்தனைச் செலவுகள் அவருக்காகக் காத்திருந்தன தெரியுமா? இத்தனையையும் எதிர்த்து இவர் ஒருவராக எதிர் நீச்சல் போட வேண்டியதாயிற்று.

ஒவ்வொரு செலவும் சுமையாய் அவர் தோளின் மீது உட்கார்ந்து அவரை அழுத்தும் போது அதைச் சமாளிக்கத் திணறுவதைக் கண்டு அவருக்கு அவ்வப்பொழுது ஆறுதல் சொல்வதைத் தவிர அவரது சுமையை எந்த விதத்திலும் பகிர்ந்தெடுத்துக் கொள்ள முடியாமல் நான் தவித்திருக்கிறேன் தெரியுமா? கடன் சுமையால் ராத்திரி தூக்கம் வராமல் தவிப்பார். அவரோடு நானும் விழித்திருப்பதைத் தவிர என்னால் வேறொன்றும் செய்ய முடியாமல் மனசுக்குள் அழுதிருக்கிறேன்.

இவரைப் போன்ற அதே நிலைதான் ரகுவிற்கும் ஏற்பட்டிருக்கு இல்லையா? பிரபாவோட கல்யாணம் அவளோட பிள்ளைப் பேறு, நித்யாவோட கல்யாணம் என்று அடுக்கடுக்காய் செலவுகள் வந்த போது என் கணவரைப் போல அவன் சுருண்டு விழாதபடி அந்தச் சுமையை நீயும் தாங்கியிருக்கிறாயே? அதோட மதிப்பு எனக்குத்தான் தெரியும். உன்னுடைய அந்தச் செயலுக்குத்தான் உன்னைப் போற்றுகிறேன்..."

கோகிலா மலைத்துப் போனாள். இதுவரை அவள் பார்க்காத கோணத்தில் அவளது வாழ்க்கையைச் சுட்டிக் காட்டியது ஒரு தெய்வ தரிசனத்தைக் கண்டது போல சிலிர்ப்பை ஏற்படுத்தியது.

தனம் பார்த்த கோணத்தில் பார்த்து மனதைத் தேற்றிக் கொள்ள அவளுக்கு ஏன் தோன்றவில்லை?

குரல் தழுதழுக்க அவள் சொன்னாள்: "மாமி! உங்கள் பேச்சு என் கண்ணைத் திறந்து விட்டது. உங்களது புகழ்ச்சிக்கு நான் உரியவள் இல்லை மாமி! நன்றியில்லாமல், என்னிடம் கரிசனம் இல்லாமல் இருக்கிறார்களே இவர்களுக்காக நான் ஏன் உழைக்கணும் என்றெல்லாம் நினைத்து நெடு நாட்களாக மனதைக் குழப்பிக் கொண்டிருந்தேன் மாமி..."

"கோகிலா! உன் வேதனையை என்னால் புரிந்து கொள்ள முடிகிறது. லோகா, உன்னை நடத்தும் விதமும் எனக்குத் தெரியும். நீ ஏட்டிக்குப் போட்டியாக அவளோடு வாதிடாமல் ஒதுங்கிப் போவதும் தெரியும். அந்த விஷயத்திலும் நான் உன்னைப் பாராட்டுகிறேன். புருஷர்கள் வீட்டில் இருக்கும் நேரம் குறைவு. அந்தக் கொஞ்ச நேரம் கூடவும் சலிப்பாக போக வேண்டுமா? இதை உணராமல் எத்தனைப்



இது மிக நீளமான நேப்கின்.



இது மிக அகலமான நேப்கின்.



இது மிக தடிப்பான நேப்கின்.

புதிய

கேர்ஃப்ரீ*எக்ஸ்ட்ரா லார்ஜ்

சில பெண்களுக்கு இது தேவை.

கூடுதலான பெரிய சைஸிலே தாமுள்ள நேப்கினின் முழுமையான சுகமும், பாதுகாப்பும் தேவைப்படும் பெண்களுக்கு—இதோ! புதிய கேர்:.ப்ரீ எக்ஸ்ட்ரா லார்ஜ். ஆம் உங்களுக்காகவே.

நீளத்தினையும், அகலத்தினையும், தடிப்புத்தன்மையினையும் கூடுதலாகவே பெற்றிருக்கும் இந்த நேப்கினின் நூலிழைகள் உறிஞ்சும் திறன் அதிகமாகப் பெற்று மிகுந்த நம்பிக்கையைத் தருகிறது.

ஒன்டர்ராப் உறைகள் ஈரத்தை உள் அடுக்கிற்குள் செலுத்துவதால் ஈரம் சீராக உறிஞ்சப்பட்டு உலர்வினையும் சுகத்தினையும் உங்களுக்குத் தருகிறது. நாப்கினின் இந்த சிறப்பான டாப்-நுனிகள் சரியாகப் பொருத்த உதவுவதோடு சுச்சிதமாகவும் இருக்கிறது.

அத்துடன் ஈரம் கசியாத "சீல-பிளாஸ்டி ஷீல்டு" நேப்கினின் அடிபபகுதியினையும், இரண்டு பக்கப்பகுதியினையும் சூழ்ந்து கொண்டு, கசிவோ, கறையோ மற்ற விபரீதங்களோ ஏற்படாமல் பாதுகாக்கிறது.

புதிய கேர்:.ப்ரீ எக்ஸ்ட்ரா லார்ஜ்—முழுமையான சுகம், முழுமையான பாதுகாப்பு. கூடுதலான பெரிய சைஸில்

FREE!
Trial Offer

For your free trial sample of 2 Carefree Extra Large Napkins, fill in this coupon and mail it to:

Personal Products Division,
Johnson & Johnson Ltd.,
30, Forjett Street, Bombay - 400 036.

(Block letters please)

Name: ______________________

______________________ Age: ____

Address: ______________________

____

______________________ M



முழுமையான சுகம், முழுமையான பாதுகாப்பு கூடுதலான பெரிய சைஸில்.

Johnson & Johnson

தமிழ்நாட்டில் மட்டுமே இச்சலுகை

பெண்கள் கணவனை தர்மசங்கடத்திலாழ்த்தி விடுகிறார்கள்?

''சோபிலா! நீ ஒன்றை நன்றாய்ப்புரிந்து கொள். நடுவில் வரும் மாமனார், மாமியார், நாத்தனார் போன்ற நீங்காத உறவெல்லாம் நீ அணிந்து கொள்ளும் தாலிக் கயிற்றின் மூலம்தானே வருகிறது: அந்தத் தாலியைக் கட்டியவனுடன் அக்னியை வலம் வரும் போது அவனது உறவு முழுவதையும் உன் உறவாக ஏற்றுக் கொள்வதாயும் அவனது சுகத்திலும் துக்கத்திலும் சரிசமமாகப் பங்கிட்டுக் கொள்வதாயும் அக்னி சாட்சியாக உறுதி அளிக்கிறாய். அதை நினைத்துப் பார்த்தால் நீ உழைக்கும் பணம் யாருக்கோ போவதாய் எண்ணிக் குமுறிப் போகமாட்டாய்.

தவிர என் சம்பாத்தியம் இல்லையானால் என்ன செய்திருப்பார்கள் என்று பேசுவதெல்லாம் அறியாமையில் எழும் பேச்சாகும். கிணற்றிலிருந்து நீரை ஜகடையின் உதவி இல்லாமலேயே சேந்தி எடுக்கலாம் ஆனால் ஜகடையை உபயோகப்படுத்தினால் நீரை இழுப்பது சுலபமாகி விடுகிறது இல்லையா? அதுபோல நீ உத்தியோகம் பார்த்துச் சம்பாதித்துத் தராவிட்டாலும் அந்தக் குடும்பம் ஓடியிருக்கும். ஆனால் நீ அந்தச் சுமையைப் பகிர்ந்து கொண்டதால் அவனால் நிம்மதியாக வாழ்க்கையை நடத்த முடிகிறது. இந்த நிம்மதியைத் தந்திருக்கிறாயே? அதைவிடவா புடவைகளும் நகைகளும் உயர்ந்தி?

பணம் வாழ்க்கைக்குத் தேவைதான்; ஆனால் அதுவே வாழ்க்கையாகி விடாது இல்லையா?'' என்று கூறி புன்னகை செய்தாள்.

இலேசான மனதுடன் மீண்டும் தனத்திற்கு நமஸ்கரித்த சோபிலா உற்சாகத்துடன் வீடு திரும்பினாள்.

ஹாலில் உட்கார்ந்திருந்த ரகு உற்சாகமின்றி, ''சோபிலா! அப்பாவும், அம்மாவும் கோவிலுக்குப் போயிருக்கிறார்கள். அம்மா வத்தல் குழம்பு செய்து வடாம் பொரிக்கச் சொன்னாள்'' என்றான்.

அவன் முகத்தில் சுரத்து இல்லாதிருந்ததை கவனித்த சோபிலா ''ஏன், என்னவோ போல இருக்கிறீர்கள்?'' என்றாள்.

''உடம்பிற்கு ஒரு கேடும் இல்லை:'' என்று பதிலளித்தவன் மெல்லிய குரலில் சொன்னான்: ''நித்யா கடிதம் போட்டிருக்கிறாள்'' என்றான்.

மேப்பாயில் இருந்த கடிதத்தை எடுத்துப் படித்த சோபிலா களிப்புடன் ''அடடா! நீங்கள் கூடிய சீக்கிரம் மாமா ஆகப்போகிறீர்கள். இந்த சந்தோஷமான விஷயத்தைப் படித்துமா உம்மென்று இருக்கிறீர்கள்?'' என்றாள்.

''மாமாவாவது சந்தோஷமான சமாசாரம் தான். ஆனால் இன்னும் ரெண்டு மாசத்தில் சீமந்தம், பிள்ளைப்பேறு என்று செலவு வருகிறதே. மறுபடியும் கடன் வாங்க யாரிடம் போவது?''

''எதுக்காகக்கடனுக்குக் கையேந்தணும்?'' என்ற சோபிலா அவனருகே உட்கார்ந்து கொண்டு அவனது விரல்களைச் சொடுக்கியவாறு சொன்னாள்:''நம் கல்யாணத்திற்குமுன் என் சம்பளத்தில் ஒரு பகுதியைக் கட்டாய சேமிப்பிற்காக பிடித்து வைத்திருந்தார்கள். அந்த வி. டி. தொகையைக் கூடிய சீக்கிரம் திருப்பித் தருவதாக இன்றுதான் ஆபீஸுக்குக் கடிதம் வந்திருக்கிறது. வட்டித் தொகையும் சேர்த்துக் கிட்டத்தட்ட ஆயிரம் ரூபாய்க்கு மேலேயே வரும். இது போதாதா?''

அவளது பேச்சு அவன் காதில் தேனாய்ப் பாய்ந்தது. ''அப்பாடா'' என்றவன் நிம்மதியுடன் சாய்ந்தான். அந்த முகத்தையேபார்த்தாள். சற்று முன் சோர்வுடன் காணப்பட்ட அந்த முகத்தில் இத்தனை களை எப்படி வந்தது? இந்த நிம்மதியான முகத்தைப் பார்க்கையில் ஏற்படும் நிறைவு அந்த ஆயிரம் ரூபாயில் நகை செய்து போட்டுக் கொள்வதில் கிடைக்குமா?

அவள் உள்ளே சென்று விளக்கை ஏற்றி விட்டு தனம் கொடுத்த புடவையைக்கட்டிக் கொண்டு ரகுவிற்கு நமஸ்காரம் செய்து நிமிர்ந்த போது அவளை மார்போடு சேர்த்து உச்சி முகர்ந்து கனக்கெனப் பிறந்த தாரம் இவளே என அணைத்துக் கொண்டான் ரகு. அந்த அணைப்பில் அவன் வாய் பேசாத பேச்சுக்களை புரிந்து கொண்ட சோபிலா பூங்கொடி என அவன் மீது படர்ந்தாள்.

*

இருபது வயதில் நாம் 'யார் என்ன நினைப்பார்களோ' என்றெல்லாம் கவலைப்படுகிறதேயில்லை முப்பது வயதில் 'நம்மைப்பற்றி யார் என்ன நினைப்பார்களோ' என்று கவலைப்படுகிறோம். நாற்பது வயதில் தெரிந்துகொள்கிறோம் 'நம்மைப் பற்றி யாரும் கவலைப்படுவதில்லை' என்று! ஐம்பது வயதில் புலம்புகிறோம், 'யாரும் என்னைக் கவனிப்பதில்லையே' என்று!

—அனிதா ராமச்சந்திரன்

சொல்ல விரும்புகிறோம்

● மாதர் சங்கம் நடத்துவது எப்படி என்பது பற்றிக் கட்டுரை படித்தேன். மிக நன்றாக இருந்தது. இது போல மேலும் நல்ல பயனுள்ள கட்டுரைகளைத் தொடர்ந்து வெளியிடுங்கள்.
வி. ஆனந்த். சென்னை—15.

● சில பிரச்சினைகள் சில வார்த்தைகள் மூலம் வாழ்க்கையில் போதிய அனுபவம் இல்லாத சில இளைஞர்களிடம் காணப்படும் நச்சு எண்ணங்களை மஞ்சுளா ரமேஷ் அவர்கள் விவரித்த போது என் போன்ற பல இளைஞர்களின் மனது ஒட்டுமொத்தமாக வேதனைப்பட்டது. நிச்சயம் தங்கள் கேள்வி அவர்களைச் சிந்திக்க வைக்கும்.
பா. கிருஷ்ணதாஸ். கும்பகோணம்.

● நான்கு மாதப் போராட்டத்திற்குப் பின் தனது கூர்மையான நுண்ணறிவால் புதுமையான எமர்ஜென்ஸி லைட்டுகள் தயாரித்து அதில் வெற்றியும் கண்ட இளம் பெண் குமாரி ''அனுராதா''வின் வழியை படித்த வேலையில்லாப் பட்டதாரிகள் (ஆண்-பெண் இருபாலாரும்) பின்பற்றினால் நாட்டில் வேலையில்லாத் திண்டாட்டம் குறையும், தொழில் வளம் பெருகும்
சண்முகத்தாய். சாத்தூர்.

● ''இது ஒரு பொழுது போக்குக் கதை தான்'' என இல்லாமல் கருத்துக் கதையாக; மனத்தினில் நிற்கும் கதையாக மாறி விட்டது குறுநாவல்.
நா. ஜெயஸ்ரீ. காங்கயம்.

● மாதம் ஒரு நடனம் —2ல் மோகினியாட்டம் பற்றிய செய்திகளை படித்துமகிழ்ந்தேன். செய்தியை விட சுஜாதா சிவதத்தவின் மோகினியாட்ட படம் அருமை.
சுதமதி குத்தாலம்.

● ''அழகாய் இருப்பது எப்படி'' என்ற கேள்வியையும் எழுப்பி — ''அழகாய் இருப்பது இப்படித்தான்!'' என்று புகைப்படத்துடன் விளக்கக் கட்டுரையையும் பதிலாய் தந்து ஒவ்வொரு மங்கையின் அழகான உள்ளத்திலும் — ஆழமான மகிழ்ச்சியையும் அரிதாய்ப் படைத்து விட்டீர்கள்!
நாகை. பொன்னி. நாகப்பட்டினம்—1.

● குமாரி அனுராதா போன்று சுயமாகத் தொழில் தொடங்கினால் நாட்டில் வேலையில்லாத் திண்டாட்டம் இருக்காது.
அன்னபூரணி. தூத்துக்குடி—6.

● தன்னை வளர்த்து ஆளாக்கிய தாயைப் பற்றிக் கவலைப்படாமல் மனைவியே உலகம் என்றிருக்கும் பல பேர்கள் சமுதாயத்தில் வாழ்ந்து வருகிறார்கள் என்பதைத்தான் கேட்கப்படாத தேவைகள் சிறுகதை உணர்த்துகிறது.
வி. கே. சுப்பிரமணியன். சென்னை—5.

● 'சிறு நீரில் கல்' என்ற தலைப்பில் வெளியிட்டுள்ள கட்டுரையில் பித்தப் பையில் கல் தோன்றுவது பற்றியும் அதன் தொடர்பான விஷயங்களும் தான் உள்ளன. ஆகவே கட்டுரையின் தலைப்பு தவறாக அச்சிடப்பட்டிருக்கும் என நினைக்கிறேன்.
வி. ஜெ. ஜெயஸ்ரீ. வாணியம்பாடி.

மறைந்த பிரதமர் திருமதி இந்திரா காந்திக்காக பெண்களாகச் சேர்ந்து ஒரு சிலை எழுப்பப் போகிறார்கள். பெண்ணினத்திற்கே கௌரவமாக வாழ்ந்த அந்தப் பிரிய தர்சினிக்கு தரும் மரியாதையாக இச்செயல் திருமதி சரோஜினி வரதப்பன் தலைமையில் சென்னையில் ஆரம்பிக்கப்பட்டுள்ளது.



அட்டை வண்ணப்படம்: 'யோகா'

பெண்ணென்றும்

செய்திமலர்



இந்திய சரித்திரத்தில் இன்னொரு ஏடு ரத்தக்கறை படிந்து விட்டது. பிரதமர் இந்திராவைக் கொன்ற மூர்க்கர்கள் 'பெண்ணென்றும் பார்க்கவில்லை, 67 வயதான மூதாட்டி, 'அன்னை உருவம்' என்றும் பார்க்கவில்லை. காலிஸ்தான் மதவெறி எத்தனை தூரம் சண்டித்தனமாக இயங்குகிறது என்பதற்கு இதுஓர் உதாரணம்.

அதன் சூத்ரதாரிகள் இன்னும் லண்டனிலும், நியூயார்க்கிலும், கனடாவிலும் சுதந்திரமாக வெற்றிக் கொக்கரிப்புடன் உலவுகிறார்கள். காலிஸ்தான் பிரசாரத்தை அனுமதிக்கும் நாடுகள் எல்லாம் இந்தியாவின் நட்பை இழந்தவர்களாவார்கள் என்று புதிய பிரதமர் ராஜீவ்காந்தி பிரகடனம் செய்தால் நல்லது என்று தோன்றுகிறது.

ராஜீவ்காந்திக்கு வயது 40 தான். ஆனால் மகத்தான பொறுப்பு அவர் தலை சுமந்து விட்டது. மதவெறி, மொழிவெறி, ஊழல், வேலையில்லாத் திண்டாட்டம், வறுமை என்று தீராத பிரச்சினைகள் பல்கிப் பெருகி வருகின்றன. இந்திரா வளர்ச்சிக்கு உண்டான அடித்தளத்தை வலுவாகப் போட்டுச் சென்றார் என்றாலும் அவற்றை முழுமையாக்க வேண்டிய திட்டமும், செயல்திறனும் இன்றைய சூழ்நிலையில் திருப்திகரமாக இல்லை.

ராஜீவின் முதல் பிரச்சினை தேர்தலில் கட்சியை வெற்றி பெறச் செய்வதாகும். இந்திரா தன்னந்தனியாகச் சூறாவளிப் பிரசாரம் செய்து வோட்டுகளைச் சேகரிப்பதில் வல்லவராக இருந்தார். ராஜீவ் அவர் பெயரைச் சொல்லித்தான் வோட்டுக்களை சேகரிக்க வேண்டும். மாநிலங்களில் உள்ள கட்சி அமைப்புக்கள் பெரும்பாலும் உட்பூசல் மலிந்ததாகவும் ஊழல் நிறைந்ததாகவும் இருக்கின்றன. குண்டர்களும், கறுப்புப் பணமுதலைகளும் கட்சியில் ஊடுருவி இருக்கின்றனர். இவர்களை விலக்கிக் கட்சியை தூய்மைப்படுத்தி ஜனநாயக வழியில் நடத்திச் செல்ல வேண்டும். டிசம்பர் இறுதியில் நடக்கவிருக்கும் பார்லிமெண்ட் தேர்தல் இதற்கு ஒரு வாய்ப்பாக இருக்கும்.

* * *

பார்லிமெண்ட் தேர்தலோடு தமிழ்நாடு சட்டமன்றத் தேர்தலையும்,



ஆறு மாதங்களுக்கு முன்பாகவே, நடத்திவிட தமிழக அரசு முடிவு செய்துள்ளது. தலைவர் எம். ஜி. ஆர். அமெரிக்க ஆஸ்பத்திரியில் குணமாகி வந்தாலும், மீண்டும் தலைமைப்பொறுப் பேற்றுத் தேர்தல் களத்தில் இறங்கும் நிலையில் இல்லை. காங்கிரஸ் கட்சியின் துணையுடன் தான் தேர்தலில் போட்டியிட்டு வெற்றி பெற முடியும். கட்சிக்குள் பிளவுகள் தோன்றி கட்சியைப்பலவீனப்படுத்தியுள்ளது. எம். ஜி. ஆரின் வலது கரமாகவே திகழ்ந்த செல்வி ஜெயலலிதா இப்போது அடியோடு ஒதுக்கப்பட்டு விட்டார். கட்சிப் பிரசாரத்துக்கு வாக்குச் சாதுரியம் உள்ள இந்த முன்னாள் நடிகை மிகவும் தேவை. இதை உணர்ந்திருப்பவர்கள் வெகு சிலரே. மற்றவரெல்லாம்ஏதோ வன்மம் பாராட்டிக் கொண்டு ஜெய

பார்க்கவில்லை!

லலிதாவைக் கட்சியை விட்டே வெளியேற்ற விரும்புகிறார்கள். ராஜ்யசபை எம். பி. ஆக இருக்கும் ஜெயலலிதாவுக்கு அ. இ. அ. தி. மு. க. அத்தனை அவசியம் இல்லை. காங்கிரஸ் கட்சியில் சேர்ந்து மத்திய அமைச்சராகக்கூட அவர் உயரக் கூடிய வாய்ப்பு இருக்கிறது. இந்திராகாந்தி இருந்தபோது ஜெயலலிதா அவருடைய நன்மதிப்பையும், அன்பையும் சம்பாதித்துக்கொண்டு விட்டார்.

* * *

அமெரிக்கத் தேர்தல் முடிவுகள் பெண் குலத்திற்கு ஏமாற்றம் தருவதாக இருந்தன. ஆனாலும் முதன்முறையாகத் துணை ஜனாதிபதி பதவிக்குப் போட்டியிட்ட ஜெரால்டின்பெராரோ இன்னும் நான்காண்டுகள் கழித்து மீண்டும் வேட்பாளராக நின்றுவெற்றி பெறக் கூடிய வாய்ப்புக்கள் மறைந்து விடவில்லை. நாடும், உலகமும் அறிந்த நல்ல பெண்மணியாகத் திகழ்வதுடன் சார்ந்திருக்கும் டெமாக்ரடிக் கட்சியில் முக்கியத் தலைவராகவும் உயர்ந்துள்ளார்.

* * *

பஞ்சாப், அஸ்ஸாம் நீங்கலாக அனைத்து மாநிலங்களிலும் டிசம்பர் 24, 27, 28 தேதிகளில் நடைபெறவிருக்கும் லோக் சபைத் தேர்தல்களில் ராஜீவ் காந்தி தலைமையில் இந்திரா காங்கிரஸ் அமோக வெற்றி பெற்றுவிடும் என்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. அவர் விரும்பி இருந்தால் இந்திரா காந்தி படுகொலை செய்ததைச் சாக்கிட்டு நீண்ட காலத்துக்குத் தேர்தலை ஒத்திப்போட்டிருக்க முடியும். தற்போதைய பார்லிமெண்டின் மூன்றில் இரண்டு பங்கு மெஜாரிட்டியை வைத்துக் கொண்டு இன்னும் ஐந்து வருடத்துக்குத் தேர்தலை ஒத்திப் போட்டிருக்கலாம். அல்லது நெருக்கடி நிலைப் பிரகடனம் செய்திருக்கலாம். தன்னையே நிரந்தர ஜனாதிபதி ஆக்கிக் கொண்டு ஜனாதிபதி ஆட்சி முறையைக் கொண்டு வந்திருக்கலாம்.

ஆனால் ஜனநாயகப் பற்றுள்ளராஜீவ் இது எதையும் செய்யவில்லை. திட்டமிட்டபடி தேர்தல் நடக்கட்டும் என்று துணிவுடன் அறிவித்து விட்டார். அன்னையை இழந்த அவர்பால் அனுதாபம் பொதுமக்களிடையே பரவலாக இருக்கிறது. சீக்கியருக்கெதிரான ரத்தக் களறியை உடனடியாக ராணுவ உதவி கொண்டு அடக்கியதோடு சீக்கிய சமூகத்துக்குப் பாதுகாப்பு உணர்வை மீட்டுக் கொடுத்து, நல்லதலைவர் என்று பெயர் எடுத்திருக்கிறார். அத்தனைதுயரத்துக்கிடையே அயல்நாட்டுத் தலைவர்களைச் சந்தித்து ராஜதந்திரப் பேச்சுவார்த்தை நடத்தி இருக்கிறார். அனுதாப வோட்டுக்கள் அவருடைய வெற்றிக்கு உதவும் என்றாலும் அவர்மீது விழுந்துள்ள நன்மதிப்பே அவருடைய வெற்றிக்கு அதிகம் காரணமாக இருக்கும். மேலும் எதிர்க் கட்சிகள் கூட்டாகப் போட்டியிடும் முயற்சியில் என். டி. ராமராவ் ஈடுபட்டுப் பலனில்லை. இதனிடையில் அவரே ராஜினாமாச் செய்து மூன்றாண்டுகளுக்கு முன்பாகவே தேர்தல் களத்தில் குதித்திருக்கிறார். ஆந்திரா பார்லிமெண்டரி தேர்தலோடு சட்ட மன்றத் தேர்தலும் நடத்தவேண்டும். மீண்டும் என். டி. ஆர். அ' மாக வெற்றி பெற்றுவிட்டால் அவர்தேசியத் தலைவராக உயர்ந்துவிடலாம்.

தமிழ் நாட்டிலும் லோக் சபைத் தேர்தலோடு சட்ட மன்றத் தேர்தலும் நடக்கவிருக்கிறது. எம். ஜி. ஆர். சுகவீனமுற்றுப் படுத்திருக்கும் நிலையில் அவருடைய கட்சி இந்திரா காங்கிரஸ் கூட்டாகத் தேர்தலில் இறங்க முடிவு செய்திருக்கிறது. கருணாநிதியின் தி.மு.க.வோடு 14 எதிர்க் கட்சிகள் கூட்டணி அமைத்துக் கொண்டிருக்கும்போது இந்திரா காங்கிரசும் அ. இ. அ. தி. மு. க.வும் சேர்ந்து போட்டியிடுவதைத் தவிர வேறு வழியில்லை.

– ரங்கஸ்ரீ



நல்லெண்ணெயில் வேப்பம்பூ போட்டுத் தலைக்குத் தேய்த்துக் குளித்தால் பொடுகு நீங்கும்.

—கீதாஜெயராமன்.



ஸ்ரீமாதா

14

தோற்று ஓடிய விசுக்ரன் அடிபட்ட வேங்கையாகப் புதிய ஆக்ரோசத்துடன் மறுதினம் அமர் புரிய வந்தான். அவனது அருமைத்தம்பி விஷங்கனும் அவனோடு சேர்ந்து கொண்டான். நூற்று நான்கு அக்ஷௌஹிணிப் படைகள் ஊழி வெள்ளம் போல் ஊழியம் புரிய உடன் சென்றன.

தூமினி என்றொரு அஸுரியை பண்டனுக்கு உடன் பிறந்தாளாக நம் புராணம் சொல்கிறது. விசுக்ர விஷங்கர்களை பண்டன் தன் தோளிலிருந்து படைத்ததைச் சொல்லுமிடத்திலேயே இவளையும் படைத்ததாகக் கூறியிருக்கிறது. தூமினி என்றால் புகைமகள். மன்மத பஸ்மத்திலிருந்து பண்டன் பிறந்தானெனில், அதிலிருந்து எழுந்த புகையில் பிறந்த புகைச்சல்காரி அவளுக்கு உலூகஜித் முதலான பத்துப் பிள்ளைகள். (உலூகஜித் என்றால் ''கோட்டானை வென்றவன்'' எனப் பொருள்.) எல்லா அசுரர்க்குமே இரவில் பலம் அதிகமாயினும், இவனுக்கு ஏனையோரை விடவும் இரவிலே கூர்மையான பார்வை போலிருக்கிறது. இப்பதின்மரும் மாமனை பண்டனிடமே ஆயுத வித்தை அப்யசித்து தேர்ச்சி பெற்றவர்கள். தற்போது நூறு நாலு அக்ஷௌஹிணிகளோடு இவர்களும் கலந்து கொண்டனர்.

சக்தி ஸேனைகளின் முன்னணியில் கலப்பையையும், உலக்கையையும் சுழற்றிக் கொண்டு தண்டநாதை வாராஹி புறப்பட, அவளைத் தொடர்ந்தாள் மந்த்ரிணியாம் ஷியாமளா, அம்பு பூட்டிய வில்லோடு. சக்ரவர்த்தினியான லலிதைக்கே இவள் கிட்டத்தட்ட ஸமமானவள் என்பதை விளக்குவது போல, தநுஸை இழுக்கும் இவளது கர மலரின் விரல் இதழில் சக்ரவர்த்தினியின் ஆணை முத்திரை பொறித்த மோதிரம் சுடரிட்டது.

இவர்களின் மங்களக் கோலம் கண்டு அப்ஸரஸ்கள் வாழ்த்துப் பாடி ஆடியது மட்டுமின்றி, தேவரிஷிகளும் ''ஜய விஜயீ பவ!'' கூறிக் களிக்கூத்தாடினர்.

மந்த்ரிணி போல் மரகத ஜ்வாலை வீசுபவர்களும், தண்டினி போல் ச்யாமள கோமள ஒளி பெருக்குபவர்களும், மஹாராக்ஞி லலிதை போல் செஞ்சோதி வெள்ளத்தில் திசைகளை முழுக்குபவர்களும், பரிவத்தைப் போல நிலாவின் பாலொளி பொழிபவர்களுமான வண்ண வண்ண சக்தி



ஸேனைகள் யுத்த பூமியையே விதவித மலர் மண்டிய நந்தவனம் போலாக்கினர்!

ஸமமான ஸ்தானங்களிலுள்ளவர்களே ஒருவரையொருவர் பொருத வேண்டுமென்ற யுத்த நீதிப்படி பண்டனுட்சியில் நம்பர்—2 ஆக இருந்த விசுக்ரனை லலிதையின் மந்த்ரிநாயகியான ச்யாமளையும், நம்பர்—3 ஆக இருந்த விஷங்கனை ஸேநாநாயகியான வாராஹியும் எதிர்த்தனர்.* உலூகஜித்தோடு அச்வாரூடை போர் புரிந்தாள்.

நெற்றியில் பொட்டு வைக்கும் இடத்தில் அரிப்பும், புண்ணும் உண்டாகும். கொஞ்சம் துளசி இலையை அம்மியில் வைத்துத் தேங்காய்ப்பால் சில சொட்டுக்கள் விட்டு அரைத்து அந்தக் குழம்பை நெற்றியில் தடவி வந்தால் அரிப்பு ஏற்படாது. புண் ஆறிவிடும். ஒரு வாரம் வரை தடவ வேண்டும்.

—என். குப்பம்மாள்.

மதுர ஸங்கீத ரூபிணியான ச்யாமளை இப்போது யுத்த ஸந்நாஹம் செய்து உக்ர வீர்யம் காட்டினாள். விசுக்ரனின் ஸேநா ஸமூஹம் அதிலே வாடி வதங்கிக் களைத்தது. "களைத்த என் படைக்குக் களிப்பு ஊட்டுவேன். எக்களிப்பில் திளைக்கும் இக்காளியின் ஸேனையை தளர்ந்து தத்தளிக்க வைப்பேன்" எனச் சூளுரைத்த விசுக்ரன் தர்ஷாஸ்த்ரத்தை விடுத்தான். அது சக்தி ஸேனையை ஆராத தாஹத்தில் தவிக்கச் செய்தது. 'தர்ஷம்' என்ற சொல் அடியாய் பிறந்த 'த்ருஷ்ணை' என்ற பதம் தாஹம், ஆசை வேட்கை இரண்டையும் குறிப்பதாகும். மானுட ஆன்மாவின் ஆண்மை கம்பீரத்தைக் குலைப்பது இந்த ஆசையாம் த்ருஷ்ணைதான். சுக்ரம் என்பது வெண்மை, ஆண்மை இரண்டையும் குறிப்பது. வெண்மையான ஸாத்விகத்தையும் ஆண்மையையும் ஆசைப்பிசாசு கொண்டு அழிக்கும் அவல சக்தியின் ரூபமே வி—சுக்ரன்.

தர்ஷாஸ்த்ரத்தின் தாக்குதலில் சக்திசைனங்களது உதடு உலர்ந்தது; கண்டம் காய்ந்தது; காயம் பற்றி எரிந்தது. அசக்தி கணங்களாகி அப்படியப்படியே ஆயுதம் கைசோர அவனியில் சாய்ந்தனர். சமயம் பார்த்து அவுணர் பாண ப்ரயோகத்தை ப்ரவாஹமாகச் செய்யலாயினர்.

சிறிது காலம் இதைச் சமாளிக்க உபாயம் தெரியாமல் ச்யாமளியும் தண்டினியும் திகைத்தனர். பின்னர் தண்டநாதையிடம் ச்யாமளி, "உன்னுடைய கிரி சக்ர ரதத்தின் அங்கணங்களில் 'மதிரா ஸிந்து' உள்ளதல்லவா? அதன் தேவதையைக் கொண்டு நம் படைகளின் தாஹத்தையும் தாபத்தையும் சமனம் செய்வாய்" என்றாள்.

'மதிரா ஸிந்து' என்றால் மதுக்கடல். ஸங்கீத ரூபிணியான மந்த்ரிணீ நாதாம்ருதத்தில் திளைத்து, முத்துஸ்வாமி தீக்ஷிதர் கானம் செய்வது போல, 'மதுமத மோதித ஹ்ருதயா' (கள்ளின் மதத்தில் களித்த மனத்தவளாக) இருப்பவள். ஆயினும் மதுக்கடலோ வாராஹியின் ரத பர்வத்தில் இருக்கிறது! இதிலிருந்தே இத்தேவியர் உட்சாரத்தில் ஒன்றேயாக — அதாவது ஒரே தாய் தத்வமாக, அன்பு தத்வமாக; அன்போடு அறமும் இணைந்து தர்மத்துக்காகப் போரிடும் நீதி தத்வமாக— இருப்பவர்களென்பதை உணரலாம்.

தண்டினி அவ்வாறே மதிரா ஸிந்துவுக்கு ஆக்ஞையிட, யுத்தரங்கத்தில் இரு ஸேனைகளுக்குமிடையே ஒரு அணை எழும்பிற்று. அவுணர் நெருங்க முடியாமல் சக்தி ஸேனைகள் பக்கமிருந்த அதன் புறத்தில் கௌடீ, பைஷ்டீ, மாத்வீ, காதம்பரீ முதலான பெயர் கொண்ட மதுக்கள் வெவ்வேறு வண்ணங்களில் பொங்கு புனல்களாகப் பீச்சியடித்தன. விசித்ர ஃபௌண்டன்கள் இனிப்பிலும், இவ்வினிப்பிலேயே புளிப்பு, துவர்ப்பு, கசப்பு முதலியன கூடிய சுவைகளிலும் மது தாரைகள் பெருகின. மதுவிலக்கு விலக்கப்பட்டு வரும் இந்நாளில் இதை எடுத்துச் சொல்லவே தயக்கமாகத்தானிருக்கிறது. ஆயினும் இங்கே யுத்த வீராங்கனைகளுக்காகவே மதுப் ப்ரவாஹம் தோற்றுவிக்கப்பட்டதை நன்றாகக் கருத்தில் இருத்தி இவ்விஷயமாக ஸ்ரீ காஞ்சி காமகோடி மூத்த பெருந்தகை மொழிந்த சொல் முத்துக்களைப் பார்த்துத் தெளிவு பெறுவோம்:

"ஒருத்தன் தர்ம ரக்ஷணத்துக்காகக் கத்தியைப் பிடித்துக் கொண்டு சண்டை போட வேண்டியிருக்கிறது. தர்ம ரக்ஷணை என்பது மனஸின் உயர்த்தி. அதுவே இவனுடைய கார்யத்தில் வருகிற போது யுத்தம் என்று ஹிம்ஸை மாதிரி ஆகவேண்டியிருக்கிறது. ஆனாலும் இவன் ஜனஸமூஹம்

* லலிதா ஸஹஸ்ர நாமத்தில் நமது லலிதாபாக்யானக் கூற்றுக்கு மாறாக விசுக்ரனை வாராஹியும், விஷங்கனை ச்யாமளையும் எதிர்த்ததாக உள்ளது. பொதுவான யுத்த நீதிப்படி நமது புராணம் கூறுவதே பொருத்தமுடையது.

தர்மத்தில் அழிவடையாமல் காப்பாற்றுகிற உயர்ந்த நோக்கம் கொண்டவன். இந்த உயர்ந்த நோக்கம் இவனுக்கு இருப்பதால், இவனுக்கு யுத்தத்தில் உத்ஸாஹமும், நல்ல சரீரக் கட்டும் ஏற்படுவதற்காக, 'மது, மாம்ஸாதிகளைச் சாப்பிட்டுவிட்டுப் போகட்டும். அது அவன் சூழ்நிலையில் அவனுக்குரிய தொழிலால் அவன் பெறுகிற ஆத்ம வளர்ச்சியைக் கெடுக்காது' என்று சாஸ்த்ரம் வைத்திருக்கிறது.''

லோக வாழ்வையும் இயற்கைப் போக்குகளையும் புறக்கணிக்காமல் ஒப்புவதே சாக்த தர்மத்தின் ஸாரம். பரம ஞான மார்க்கத்தில் ஒதுக்கப்படும் காம நுகர்ச்சி, மதுபானம், மாம்ஸ போஜனம் முதலியவற்றையும் கூட அம்பாளுடைய லீலையின் அங்கங்களாக உணர்ந்து அநுபோகம் செய்து, இவற்றின் மூலமும் அவளை அடைய வேண்டுமென்ற அளவுக்குப் போய் விடுகிறது சாக்த ஸமயம். ஆனால் பெரும்பாலோர் விஷயத்தில் இது பேராபத்தான ஸாதனையாகும். வைதிக தர்ம மதத்தில் இப்படி ஒரேயடியாகப் போய்விடவில்லை. ஆயினும் ஸாமானிய ஜீவனை ஒரேயடியாக ஞான வைராக்யத்தில் பிடித்துத் தள்ளினால் அவனது ஜன்மாந்தர வாஸனைகள், அதனால் ஏற்பட்ட குணம், இதைப் பொறுத்தே அவனுக்குப் பிறப்பால் அமைந்த தொழில் ஆகியவற்றுக்கு ஒத்து வராமல் தடுமாறித் தோல்வியுறுவான் என்பதை வேத தர்ம சாஸ்த்ரங்களை அருளிய ரிஷிகள் நன்கு கண்டு கொண்டிருந்தார்கள். எனவே உச்ச நிலையில் அடியோடு ஒதுக்கப்பட வேண்டிய பல நுகர்ச்சிகளைக் கீழ்நிலைகளில் ஒரேயடியாகக் கட்டறுத்து அநுபவிக்க விடாமல், ஒரேயடியாகத் தடுத்தும் விடாமல், அவரவர் குணகர்மங்களைப் பொறுத்தும், வாழ்க்கையில் அவர்கள் உள்ள வயதுக் கட்டத்தையும் பொறுத்தும் அளவு படுத்திக் கொடுத்திருக்கிறார்கள். உச்சிக்குப் போகப் போகத் தன்னால் மெல்ல மெல்ல இந்த அளவுகள் குறைந்து கொண்டே போய் அடியோடு தேய்ந்து மறையும்படியாக வர்ண – ஆச்ரம விதிகளை அளித்திருக்கிறார்கள். இதில்தான் கட்குடி க்ஷத்ரிய யுத்த வீரர்களுக்கு அநுமதிக்கப் பட்டது. மதுவிலக்கு மிகவும் முழக்கப்பட்ட ஸமீப காலத்திலும் ராணுவத்தில் அவ்விதி ஒதுக்கப்பட்டிருந்ததே!

நம் காமகோடி ஸ்ரீசரணர்கள் வலியுறுத்துவது போல, அதீத நிலை அனைவர்க்கும் அவர்கள் உள்ள நிலையில் ஸாத்யமானதல்ல என்பதை நமது சாஸ்த்ரகாரர்கள் கருத்தில் கொண்டு, மானுட இயல்புக்கு அநுசரணையான விதத்திலேயே அவ்வாதர்ச நிலைக்குக் காலக்ரமத்தில் உயர்த்திச் செல்லும் விதத்தில் நடைமுறை வாழ்க்கை விதிகளை அமைத்துள்ளனர். மனித இயல்பிலுள்ள எல்லாவற்றுக்கும் ஒவ்வொரு ஸ்திதியில் இவ்வாறு இடமளித்து அளவுபடுத்தித் தருவதிலேயே காமம், களியாடல், மது பானம், மாம்ஸ போஜனம் ஆகியனவும் வீரருக்கு அநுமதிக்கப்பட்டிருப்பது. இதைப் புரிந்து கொள்ளாமல் புராணங்களைப் பரிஹஸிக்கிறார்கள்.

இதுவும் தவிர, புராணங்கள் உருவகக் கதைகளுமாகும். நிறைவேறாத காமத்தின் கோபப் பசட்டுக்கு உருவகம் தான் பண்டன் என நினைவிருக்கலாம். ஜீவாத்ம, பரமாத்ம ஐக்கியத்துக்கு ச்ருங்காரம் உருவகமாவதுண்டு. இந்த ரீதியில் மது என்பது ஆத்மானந்த ரஸம். ஆன்மாவின் அறிவாகிய ஆண்மையை ஆணவ விசக்ரன் வற்ற வைத்தபோது அதில் பசுமை பாய்ச்ச ஆனந்த மது தேவை தானே? இதுவே கதை ஆகும்போது, தர்ஷாஸ்த்ரத்தால் வற்றியுலர்ந்த சக்தி ஸேனைகளை யுத்த உன்மத்தம் கொள்ளச்

வெள்ளிப் பாத்திரங்கள் ஒரே கருப்பாக இருக்கிறதா? ஒரு பாத்திரத்தில் வெள்ளிப் பாத்திரத்தைப் போட்டு அது மூழ்கும் வரை தண்ணீர் ஊற்றிச் சிறிது சோப்பவுடரும் போட்டு அடுப்பில் வைத்துக் கொதிக்கவையுங்கள். பின் வெள்ளிப் பாத்திரத்தை வெளியில் எடுத்துக் கழுவி விட்டுப் பார்த்தால் புத்தம் புதியது போல் பளபளக்கும்.

—சந்திரா சுரேந்திரன்.

செய்வதற்காக மது தாரைகள் தோற்றுவிக்கப்படுகின்றன.

ஐராவதத்தின் துதிக்கைகளைப் போல் அத்தாரைகள் பீய்ச்சியடித்தன. அவற்றைச் சக்தி கணங்கள் ஒரு முஹூர்த்த காலம் இன்பமாய்ப் பருகின. ஊக்க உத்ஸாஹம் பெற்றன. ஆவேசமாக யுத்தத்தில் ஈடுபட்டன. மதுவினால் சிவந்த சக்திஸைன்யத்தின் கண்களுக்குப் போட்டியாக அவற்றின் அஸ்திரங்களும் அவுணர்களின் உதிரத்தால் சிவந்து விளங்கத் தொடங்கினவாம்!

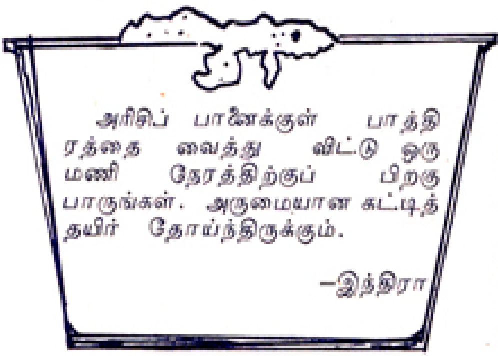
பரிவாரத்தின் வீராவேசம் தலைவியையும் 'தொற்றிக்' கொண்டது. தண்டினி எதிரிகளின் நூறு அக்ஷௌஹிணிகளை நொடியில் நொறுக்கித் தள்ளினாள்.

அவுணர் தலைவர்களின் தலைகள் சாயத் தொடங்கின. அச்வாரூடையின் அங்குசம் உஆசஜித்தின் உயிரை யமாலயத்துக்குக் கொண்டு சேர்த்தது. அவனது ஸோதரர் ஒன்பதின்மரின் கதையை ஸம்பத்கரீ முதலிய

யவர்கள் ஸமாப்தி செய்தனர். கதிரவன் மலை சாயும் நேரம் விகக்ர — விஷங்கர் இருவர் தவிர அன்று வந்த ஸேனை முழுதும் தலை சாய்த்து விட்டது.

விகக்ரனையும் சாய்க்க வந்தாள் ச்யாமளை. ஆம், அன்று இரவும் போர் தொடர்ந்தது: ஆன்மாவின் ஆண்மை அறிவுக்கு அழிவு தேடும் ஆணவமே விகக்ரன். மாதுர்ய கானத்துக்கு அதிதேவதையான ச்யாமளையே இப்போது ஞான கம்பீரமாகப் பொங்கி யெழுந்து ஆணவ அவுணனை எதிர்த்தாள்.

மந்த்ரிணியின் அம்பு வீச்சுக்கு முன் விகக்ரனின் ஆயுதம் எதுவும் நிற்க முடிய வில்லை. ஓர் அம்பின் தாக்குதலில் கொடியவ னின் கொடி அறுந்து வீழ்ந்தது. இன்னொரு அம்பு அவனுடைய ஸாரதிக்கு யமலோக ஸாரதியாயிற்று! அடுத்த அம்பு அவனது வில்லின் நாணைத் துண்டித்தது. நகணி அவனுடைய வில்லின் தண்டும் பின்வந்த அவளது சரத்தின் தாக்குதலில்



சுக்கல் சுக்கலாயிற்று. இதற்குமேல் இழக்க அவனிடமிருந்தது உயிர் ஒன்றுதான்! அவ்வு யிரையும் பறித்தது கண்ணைப் பறிக்கும் காந்தியுடன் ச்யாமளையின் திருக்கரத்தி லிருந்து புறப்பட்ட பிரம்மசிரஸ் என்ற அஸ்திரம். பிரம்ம கபாலத்தால் ஐயன் அன்னைப் பிச்சை வாங்குவானெனில், அன்னையோ பிரம்ம சிரஸினால் ஆணவத்தின் உயிரை வாங்கிவிட்டாள்!

ஆணவம் அழிந்த பின்னுங்கூடச் சிறிது காலம் பழக்க தோஷத்தால் விஷய ஆசை தலைதூக்குவதுண்டு. அஞ்ஞான விகக்ரன் வீழ்ந்த பின்னரும் விஷய ஆசையின் வடிவான விஷங்கன் ஆர்த்துப் போர் செய் தான். சிறிது காலம்தான் இந்தக் கொட்டம் நிற்க முடியும். யமதண்டம் போன்ற கதா யுதம் கொண்டு விஷங்கன் தண்டினிமேல் மோத, அவள் தனது முஸலாயுதத்தை வன்மையாகப் ப்ரயோகித்தாள். இவர்களது ஆயுதங்கள் சுழன்று சுழன்று உராய்ந்ததில் ஆகாயமே பெரும் கலக்காகக் கலக்கப்பட்ட தாம். நள்ளிரவு நெருங்கிற்று. கலப்பையைக் கொண்டு விஷங்கனை நெருக்கி இழுத்தாள் வாராஹி. அடுத்த விநாடி அவளது உலக்கை நேராக அவன் தலையில் பதிந்தது.

வெடித்து விழுந்தது விஷய ஆசை.

தம்பியர் இருவரும் வீர ஸ்வர்க்கம் புகுந்ததைக் கேட்டதும் இரு கரமும் ஒடிந்தாற்போலக் கதறினான் பண்டன். ஆணவமும் ஆசையுமே அஞ்ஞானத்தின் இரு கரங்களைப்போல! பண்டனின் இரு தோள் களிலிருந்து தானே விஷங்க — விகக்ரர் தோன்றினர்?

குடிலாக்ஷன்பெரும்பாடுபட்டு பண்டனைத் தேற்றினான். கண்ணீர் நின்றது. கோபாக்னி மூண்டது. அவிழ்ந்த சிகையை அழுந்தக் கட்டி எழுந்து நின்றான் தைத்யராஜன். வாளை உதறினான். வாள் வீச்சென வாய்ச் சொல்லால் ஆணையிட்டான்: ''என் மக்களை யும், மருமக்களையும் தம்பியரையும் மாயை யால் கொன்ற அந்த மதோன்மத்தையின் கழுத்திலே இவ்வாளைப் பாய்ச்சி அவ ளுடைய குருதியைப் பீய்ச்சியடித்து அதி லேயே என் சோகாக்னியை அணைப்பேன்!''

மீதமிருந்த ஸகல ஸேனைகளுடன் கிளம் பினான் அஸுரேந்திரன். திவ சக்திகளுக்குக் கணக்கே இல்லை. எத்தனையோ வெள்ளம் அவுணர் படைகள் இதுவரையில் அழிந் திருந்த போதிலும் ஈராயிரம் அக்ஷௌஹி ணிகள் இப்போது கிலகில த்வனி செய்து தமது மன்னர்பிரானுடன் புறப்பட்டன.

மாவீரரில் எஞ்சி நின்ற ஒருவனேயான ஸேநாநாதன் குடிலாக்ஷன் உடன்வர, அவுண ராஜன் ஆபீலம் என்னும் ரதத்தில் வீற்று வீறுடன் புறப்பட்டான். ஆபீலம் என்றால் பயங்கரம், படுகாயம் என்று பொருள். லக்ஷ்மிகரம் எனப்பொருள்படும் அம்பாளின் ஸ்ரீசக்ர ரதத்துக்கு நேரெதிராக பண்டனின் ஆபீல ரதம்! அவள் ஸிம்ஹாஸ நேச்வரி எனில் இவனது ரதத்திலோ ஆயிரம் ஸிம்ஹங்கள் பூட்டப்பட்டிருந்தன. அவள் கரத்தில் மதுரமான கரும்பு, இவன் கையிலோ யாதனை (நரக வேதனை) என்ற பெயர் கொண்ட போர்வாள். மாபெரும் அஸுரப் படை வீரர் ஒருவர் மேலொருவர் மோதிமிதித்துத் தங்களைத் தாங்களே கொன்று கொண்டு ரணபூமி அடைந்தனர்.

போர்த் தொடக்கமாக பேரிடியையும் பொடியாக்குவதாக ஓர் ஒலி எழும்பியது. பண்டனின் ஸிம்ஹநாதம்தான். உலகைப் பிளந்த அவ்வோசையில் கடல்கள் உலர்ந் தன; கதிரவனும் மதியமும் கலங்கிவோடின; தாரகைகள் உதிர்ந்தன. அம்பாளின் படை வீட்டைச் சூழ்ந்த அக்னிப் ப்ராகாரமும் சற்றே ப்ரகாசம் அடங்கிப் பிறகு தான் ஜ்வாலை வீசிற்று என்றால் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

அதனின்று வெளிப் போந்தாள் நமது ஸுகுமார ஸுந்தர மஹாமாதா, சீற்றத்தில் ஏற்றம் கொண்ட சண்டி பயங்கரியாக!

(தொடரும்)

ராசி பலன்

டிசம்பர் 1984

மேஷம்



அரசாங்க உத்தியோகத்தில் உள்ளவர்களுக்கு உயர் அதிகாரிகளின் ஆதரவும், சிலருக்குப் பதவி உயர்வும் கிட்டும். நெருங்கிய நண்பர் ஒருவருக்குச் செய்யும் உதவியின் காரணமாக பிற்காலத்தில் நல்ல பலன்களை எதிர்பார்க்கலாம். கணவன் – மனைவியிடையே உறவுநிலை சுமுகமாக இருக்கும். எதிர்பாராத பணவரவு ஒன்றுண்டு. குழந்தைகளின் காரணமாகச் சிலருக்கு வெளியூர்ப் பிரயாணங்கள் மேற்கொள்ளும் நிலை ஏற்படலாம்.

ரிஷபம்



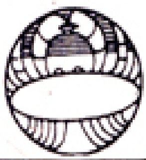
சமூகப் பொதுப் பணியில் ஈடுபட்டுள்ளவர்களுக்கு இம்மாதம் மிகுந்த வேலைகள் ஏற்படும். வெளியூர்ப் பிரயாணங்களும், அதிக அலைச்சல்களும் உண்டாகலாம். எனினும் பொதுமக்களின் சந்திப்பும், உழைப்பின் பயனாகக் கிடைக்கின்ற பலனுமாக மனதில் உற்சாகமான நிலைமை ஏற்படும். சில மாதங்களாக ஏற்பட்டிருந்த மனவருத்தங்கள் நீங்கி, புதிய நண்பர்களும், மனதுக்குகந்த வேலைகளுமாக இருக்கும்.

மிதுனம்



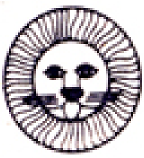
நெருங்கிய உறவினரின் காரணமாக ஏற்பட்ட கடமையினால் உடல்நிலை சிறிதே பாதிக்கப்படலாம். நண்பர்களுக்குச் செய்ய வேண்டிய சட்டாயத்திலுள்ள உதவிகளை மட்டும் செய்வது நல்லது. வாக்குறுதிகளை மிகவும் யோசித்துக் கொடுப்பது நலம். திடீரென்று ஏற்படுகின்ற பணமுடையின் காரணமாகச் சிறிதே அல்லலுற நேரலாம். மாதத்தின் இறுதியில் நிலைமை சரியாவதுடன் குழந்தைகளினால் பணநிலைமை சீரடையும்.

கடகம்



தனியார் நிறுவனங்களிலோ அல்லது சொந்தத் தொழிலிலோ ஈடுபட்டுள்ளவர்களுக்குப் பிரகாசமான எதிர்காலம் அமையும். உழைப்பின் பலனையும், அதனால் புகழும் மிகுந்த புதிய நண்பர்களையும், புதிய சூழ்நிலையையும் பெறுவீர்கள். சிலருக்கு வெளிநாட்டுப் பிரயாணத்திற்கான வாய்ப்புகளும் கிட்டும். பணவரவு அதிகமாக இல்லையெனினும் செலவுக்குத் தட்டுப்பாடில்லாமல் இருக்கும்.

சிம்மம்



கணவன் மனைவியிடையே மிகுந்த பொறுமையும், விட்டுக் கொடுக்கும் மனப்பான்மையும் தேவையாக இருக்கும். ஒரளவு உணர்ச்சி வசப்படும் சுபாவம் கொண்ட நீங்கள் நிதானத்தைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டியது மிகவும் அவசியம். இல்லையெனில் விபரீதமான முடிவுகளுக்குச் செல்ல வேண்டியது இருக்கும். எதிர்பாராத நண்பர் ஒருவரின் உதவியால் சூழ்நிலையின் இறுக்கம் விரைவிலேயே குறைந்து சுமுகநிலை உண்டாகும்.

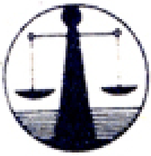
கன்னி



வெளியாட்களிடையே ஏற்பட்ட சிக்கல் ஒன்றிற்குக் குடும்பத்தவரின் அன்பாலும், ஆதரவாலும் தீர்ப்பு காண்பீர்கள். சொந்த வீடு மனை வாங்க விரும்புபவர்கள் தீர ஆலோசித்துச் செய்வது நல்லது. குடும்பப் பெரியவரின் உதவியால் தனலாபம் ஏற்பட்டு, அதனால் பெரும் பிரச்னை

யாக இருந்த சில அம்சங்கள் எளிதாக நீங்கிவிடும் நிலைமை ஏற்படும். தம்பதியரிடையே சமூகமான உறவு நிறைந்து இருக்கும்.

துலாம்



வழக்கு வியாஜ்ஜியங்களில் ஈடுபட்டுள்ளவருக்கு ஓரளவு சோதனை மிகுந்த காலமாகவே இருக்கும். நண்பர்கள் அல்லது உறவினர் களிடம் புரிந்து கொள்ளாத தன்மையின் காரணமாகக் கெட்ட பெயர் எடுக்க நேரிடலாம். சிலருக்குச் சகலருக்கும் மன நிலை பாதிக்கப்படுவதுடன் குடும்பத்திலும் அமைதி கொஞ்சம் குறையலாம். எனினும் உறுதிகுறை யாத உங்களுக்குத் தெய்வானுகூலம் இருப்பதால் விரைவிலேயே இச்சிக்கல்களில் இருந்து விடுபடுவீர்கள்.

விருச்சிகம்



விளையாட்டு வீரர்களுக்கும், தொழில் நுட்பத் துறையில் உள்ளவர் களுக்கும் பொது மக்களிடையே அன்பும், ஆதரவும் பெருகும். சமூகத்தில் உயர் அந்தஸ்து பெற்றவர்களின் நட்பும் ஆதரவும் கிடைப்பதுடன் பொருளாதார ரீதியாகவும் உயர் வடைவீர்கள். பொது வாழ்வில் ஈடுபட்டுள்ளவர்களின் வாழ்வில் குறிப்பிடத்தக்க திருப்பம் ஒன்று நிகழக் கூடும். அதனால் சமூகத்தின் மிக உயர்ந்த நிலைக்குச் செல்லவும் கூடும்.

தனுசு



கணவன் உறவு வழி சில எதிர்பாராத விருந்தினர்கள் வருகையால் வீடு உற்சாகம் பெறும். இல்லத்தில் சுபநிகழ்ச்சிகள் நடப்பதுடன், நீண்ட நாட்களாகத் தொடர்பற்றிருந்த நண்பர்களின் கூட்டுறவும் கிடைக்கும். பணவரவு சரளமாக இருப்பதால் செலவினங்களைப் பற்றி அதிகம் கவலைப்படத் தேவையில்லை. மாதத்தின் இரண்டாவது வாரத் தில் சிறிய வெளியூர்ப் பிரயாணங்கள் சிலருக்கு ஏற்படலாம்.

மகரம்



குழந்தைகளின் காரணமாகச் சமூகத்தில் உங்கள் நிலை உயர்வடையும். எனினும் நண்பர்களிடம் கண்டிப்புடனும், ஜாக்கிரதையாகவும் இருப்பது நல்லது. அவர்களுடன் வாதம் செய்ய வேண்டிய சூழ்நிலையும், அவர்களால் கெட்டபெயர் ஏற்படக் கூடிய நிலைமைகளும் உண்டாகலாம். நேர்மையான உங்களுடைய உறுதியான போக்கினால் நிலைமைகளை வெகுசீக்கிரம் சகஜநிலைக்குக் கொண்டுவந்து விடுவீர்கள்.

கும்பம்



தெய்வ நம்பிக்கை மிகுந்தவர்களுக்கு, புனிதப் பிரயாணங்களும், பல ஸ்தலங்களை தரிசிக்கும் பேறும் கிட்டும். மகான்களின் தரிசனம் கிட்டுவதுடன், வாழ்வில் இதுநாள்வரை உற்சாகமற்றிருந்த தன்மை மாறி புதிய விழிப்பைப் பெறுவீர்கள். வீட்டில் நடந்துவிட்ட துன்பத் தின் வடுவை மறந்து பழைய நிலைமைக்குத் திரும்புவீர்கள். பொருளா தாரம் ஒரு பிரச்சினையாக இருக்காது.

மீனம்



நம்பிக்கையான சிலபேரிடம் எதிர்பாராத நிலையில் மனவருத்தம் படும்படியான நிலை ஏற்படலாம். உங்களைச் சுற்றியிருப்பவர்களிடம் கண்காணிப்புடன்இருப்பதால் இந்தச்சூழ்நிலையைத்தவிர்த்து ஏமாற்றம் அடையாமல் பார்த்துக் கொள்ளலாம். எதிர்பார்த்த இடத்தில் இருந்தது பணவரவு ஏற்பட்டுவிடுவதால் அதிகப் பிரச்சினைகள் இல்லாமல் இம்மாதம் சென்றுவிடும்.

திருமண மலர்

மணமகள் தேவை

சௌராஷ்டிர குலம் (எம். பி. ஏ.) தனியார் கம்பெனியில் மானேஜர் சம்பளம் ரூபாய் 2500—. அதே குலத்தைச் சேர்ந்த அழகும், குணமும் 5 அடி உயரமும் 23, 24 வயது உள்ள பட்டதாரி மணமகள் தேவை. ஜாதகம் போட்டோ விபரங்களுடன் எழுதவும். பெட்டி எண்: 1749.

Alliance for Vadama Srivatsa Gothram Brahmin Boy 29. Engineer well employed goodlooking. Apply with horoscope. Box No. 1750

இந்து, சைவ வகுப்பு, வயது 33, DEE படித்து மின்சார வாரியத்தில் பணிபுரிபவருக்கு, பெண் தேவை. தாய், தகப்பன், உடன்பிறந்தோர் இல்லை. சென்னையில் தனியார் நிறுவனங்களில் நல்ல வேலை வாங்கித் தருபவருக்கு முன்னுரிமை உண்டு. நல்ல குடும்பங்களைச் சேர்ந்தவர்கள் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1751.

திருநெல்வேலி சைவப் பிள்ளைமார் இனத்தைச் சேர்ந்த 29 வயது, மாநில அரசில் பணிபுரியும் பி. யூ. சி. படித்த மணமகனுக்கு மதுரையில் வேலை பார்க்கும் (அ) மதுரைக்கு மாற்றி வரக் கூடிய மணமகள் தேவை. திருநெல்வேலி சைவப் பிள்ளைமார் மட்டுமே விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1752.

பி. ஏ. படித்த 35 வயது நாயுடு இனம் விவாகரத்தான 7 வயதிலும், 4 வயதிலும் ஆண் குழந்தைகள் மட்டும் உள்ள ஆசிரியருக்கு ஓரளவு வருமானமுள்ள இந்து மதப் பெண் தேவை. ஏழை — விதவை — விவாகரத்தானவர்— ஆதரவற்றவர் ஆகியோரும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண்: 1753.

போலியோவினால் பாதிக்கப்பட்டு நடக்க இயலாத ஆனால் சக்கர நாற்காலி மற்றும் ஆள் துணையுடன் எல்லா இடங்களுக்கும் சென்று வரும் நல்ல சொத்து, வியாபாரம் உள்ள வசதியான 34 வயது தெலுங்கு க்ஷத்திரிய பையனுக்கு அன்பும் ஆதரவும் செலுத்தக் கூடிய சேவை மனப்பான்மை உள்ள சரளமாக ஆங்கிலம் எழுத பேச அறிவுள்ள மிகவும் அழகான கன்னிப்பெண் தேவை. சீர், டவுரி, ஜாதி, மதம், மொழி எதுவும் தேவை இல்லை. நல்ல குணம், மனம், கல்வி, அழகு மட்டுமே தேவை. புகைப்படம் அவசியம் அனுப்ப வேண்டும். புகைப்படம் திரும்ப அனுப்பப்பட்டுவிடும். பெட்டி எண்: 1754.

Alliance for Bharadwaja gothram B.Tech. fair, IyerBoy 29-175 cms. No family commitments Lecturer Govt aided Polytechnic near Salem. Central/State Govt employed

---

திருமணமலர்ப் பகுதியில் விளம்பரம் செய்ய கட்டணம் ரூ. 30/- தொகையை **'மங்கையர் மலர்'** என்ற பெயருக்கு போஸ்டல் ஆர்டராக மட்டுமே அனுப்பவேண்டும். ஒரு விளம்பரத்தில் ஒருவருக்கு 30 வார்த்தைகளுக்குள் விவரங்கள் தர வேண்டும். பதில் அனுப்புபவர்கள் "விளம்பரதாரர், பெட்டி எண்.... c/o மங்கையர் மலர், கிண்டி, சென்னை-600032 என்ற விலாசத்துக்கு அனுப்பவும். தனிப்பட்ட கடிதப் போக்குவரத்து கிடையாது.

Iyer girl preferred. Reply Horoscope with Photo. Box No: 1755.

படிப்பு — பி.ஏ (எம். ஏ), வயது 29 (எல். ஐ. இண்டர்வியூ சென்று உள்ளார்.) எல். ஐ. சி. கிளாஸ்—3 ஊழியர் சம்பளம் ரூ. 1030—. தந்தை இல்லை. கிறிஸ்துவ மதத்தில் இருந்து இந்துமதத் திற்கு மதம் மாறியவர். தானே சொந்தமாக கட்டி இருக்கும் ரூ. 2 லட்சம் மதிப்பு உடைய

(நீ—40 அடி அகலம்—35 அடி) வீட்டின் கிருஹபிரவேசத்துடன் எளிய திருமணம் நடத்தப்படும். பெண் சேலம், ஈரோடில் வங்கி (அ) எல்.ஐ.சி.யில் (அ) மத்திய அரசு ஊழியராக இருந்தால் நலம். சாதி, மதம், இனம் தடை இல்லை. பெட்டி எண்: 1756.

Alliance invited from preferably employed girls for Vellala Pillai boy 31. B. Com Star Pooram, employed in Central Government Secretariat, N. Delhi. Apply with details and horoscope to Box No: 1757.

சைவ வேளாளர், வயது 29, படிப்பு எம். ஏ., சொந்தத் தொழில் புரியும் வசதியுள்ள குடும்பத்துப் பிள்ளைக்கு, அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த (கார்காத்த வேளாளர்தவிர) வசதியான குடும்பத்து, படித்த மணமகள் தேவை. போட்டோ, ஜாதகம், குடும்ப விவரத்துடன் அனுப்பவும். பெட்டி எண்: 1758.

தமிழ் பிராமணர். கௌதம கோத்திரம். பிரஹசரணம், கிருத்திகை நட்சத்திரம், வயது 32, சொந்தத் தொழில் மாத வருமானம் ரூ.900—. படிப்பு எஸ். எஸ். எல். சி. உள்ள பையனுக்கு இரண்டாம் தாரமாக நல்ல குடும்பத்தைச்சேர்ந்த படித்த பெண் தேவை. குழந்தைகள் இல்லை. ஜாதகம் மற்றும் புகைப்படத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1759.

கடந்த 10 வருட காலமாக வேலை வாய்ப்பு அலுவலகத்தில் பதிவு செய்துள்ள, தற்போது தனியார் ஆஸ்பத்திரியில் வேலை பார்க்கும் 29 வயது எஸ். எஸ். எல். சி. படித்த சைவ வேளாளருக்கு மணமகள் தேவை. ஜாதி, மத, பேதமில்லை. சினிமா துறை சம்பந்தப்பட்டவர்களுக்கு முன்னுரிமை வழங்கப்படும். விதவை, விவாகரத்து செய்தவர், வேலையிலுள்ளவர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண்: 1760.

Alliance invited from undergraduate Employed Girls For Vathima Boy, Haritha Gothram, Star: Avittam, Height: 5' 9" Aged: 28. Monthly Income: 750-. Sub-sect: No bar. Only son. Owns a House. Contact: Box Nor 1761.

வயது 29, தமிழக அரசு நிறுவனத்தில் சென்னையில் சுருக்கெழுத்தர் பணியில் உள்ள பட்டணவ இனத்தைச் சேர்ந்த பட்டதாரி மணமகனுக்கு பணியில் உள்ள அல்லது படித்த அதே இன மணமகள் தேவை. புகைப்படம் மற்றும் ஜாதகம் விரும்பத்தக்கது. பெட்டி எண்: 1762.

Kerala Iyer Boy 28/180 cms, Vadhoolam, Avittam, Personal Assistant in Indian Foreign service, seeks tall graceful Girls 18-23, willing to stay/work in Foreign countries, Horoscope/full details to Box: No: 1763.

சௌராஷ்டிரா குலம். சௌனக கோத்திரம், பி. காம் (எம். காம்) வயது 27, தனியார்த்துறை பணி ரூ. 2800 சம்பளத்தில் உள்ள அழகிய மணமகனுக்கு அதே குலத்தைச் சேர்ந்த அழகும், குணமும் உள்ள படித்த அல்லது படித்துக் கொண்டிருக்கும் மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1764.

Un-employed Graduate Vadama Bride from respectable family, for Garga, Maham Boy, 29 years. 178 cms, in Decent Company Job, only son of Retired Central Officer. Reply with horoscope family details Box No: 1765.

Wanted Non-Kousika Iyengar Bride, fair Graduate, Bank/Insurance/Govt. Emp. oyed for Boy 36 years-170 cms-salar. Rs. 2200-. p. m. - professor - Highlyqualified, Govt. Service, Madras. Apply wiih Horoscope and Details. Box No: 1766.

Allance invited from fair non-athreya Vadama Iyer employed girls below 25 for a graduate handsome Thiruvathirai 30, Pharmaceutical employed drawing Rs.1200-. Apply with horoscope to: Box No: 1767

Alliance invited from fair, non-vathoola, Vadakalai Iyengar employed girls below 26 for a graduate handsome Aswathi 32, BHEL employed drawing Rs. 1600-. Apply with horoscope to: Box No: 1768.

சென்னையில் தனியார் கம்பெனியில் வேலையில் உள்ள பட்டதாரி வாலிபர் — கார்காத்த, சைவ வேளாளர் சமூகத்தைச் சேர்ந்தவர் — வீடு, நிலங்கள் உள்ளன. இவருக்கு 22 வயதிற்கு மேற்படாத இதே சமூகத்தைச் சேர்ந்த மணமகள் தேவை. கல்வி எஸ். எஸ். எல். சி. வரை இருக்கலாம். ஜாதகம், போட்டோவுடன் விண்ணப்பிக்கவும் பெட்டி எண்: 1769.

க்ஷத்திரியராஜீ, பூரம், 30, 5' 5'', நிரந்தர அரசு பணி, குடும்பத்துக்கு ஒரே வாரிசு, வலது பாதம் சிறிது ஊனம். பார்வைக்கு தெரியாது. மனைவி இருதய நோயாளி. குழந்தைகள் இல்லை. முதல் மனைவி சம்மதம். இரண்டாம் தாரமாக மணமகள் தேவை. எம்மதமும் சம்மதம். போட்டோ ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1770.

மத்திய அரசில் அதிகாரியாகப் பணிபுரிபவர். வயது 37. மாதச் சம்பளம் ரூ. 2500—. இவருக்கு குடும்பப்பாங்கான அழகும், அடக்கமுமுள்ள பெண் தேவை. ஜாதி பேதமில்லை. ஏழை, ஆதரவற்றோர், விதவைகளும் விண்ணப்பிக்கலாம். வரதட்சிணை இல்லை. எளிய திருமணம். பெட்டி எண்:1771.

மயிலாடுதுறையில் தனியார் வங்கியில் மாதம் ரூ. 1400 சம்பாதிக்கும் 27 வயதுடைய பூரட்டாதி நட்சத்திரம், கௌசிக கோத்திர வடமாள் பையனுக்கு 23 வயதுக்குள் அழகான வேலை பார்க்கும் பெண்ணோ அல்லது வேலை பார்க்காத பெண்ணோ, குடும்பப் பாங்காக உள்ளவர்கள் தேவை. மாற்றல் கிடைக்கக் கூடிய வங்கியில் அல்லது அரசாங்க உத்தியோகத்தில், டீச்சர் பெண் தேவலாம். பெண் குறைந்த பட்சம் பட்டதாரியாக இருக்க வேண்டும். விவரத்துடன் எழுதவும். உட்பிரிவுகள் பாதகமில்லை. பெட்டி எண்: 1772.

சொந்தமாகத் தொழில் புரிகின்ற 38 வயது (மாத வருமானம் ரூ. 1300—.) பையனுக்கு (வடமாள் — வாதூல கோத்திரம் — பூரட்டாதி நட்சத்திரம்) நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த அழகான பெண் 32 வயதிற்கு மேற்படாத நட்சத்திரப் பொருத்த

ஒரு முகப்பரு எப்போதுமே மற்றுமொரு முகப்பருவிற்கு வழி வகுக்கிறது. அதனால்தான் சிறந்த செயல்திறன் கொண்ட புதிய தரம் மிகுந்த கிளியரிசில் உங்களுக்குத் தேவை.

புதிய தரம் மிகுந்த கிளியரிசில்

ஆன்ட்டி-பாக்டீரியல் டிரைக்ளோசினுடன்

பருக்களை நீக்க உதவுவதோடு அவை பரவாமலும் தடுக்கிறது.



முகப்பருக்கள் இயற்கையாகவே தோன்றி வளர்வது. அவை பருவ வயதில் தோன்றியும், மறைந்தும் காணப்படும். அதைப்பற்றிய கவலையோ அல்லது சட்டை செய்வதோ, அது போக வழி செய்யாது. நகத்தினால் பிடுங்குவதும் ஆபத்தானது. அதனால் நீங்கள் பருக்களைப் பரவச் செய்வதோடு, அதிக பருக்கள் தோன்றுதலுக்கும் காரணமாகிறீர்கள்.

டிரைக்ளோசினுடன் சேர்ந்த புதிய தரமான கிளியரிசில் எதனால் பருக்களின் தொல்லைக்குப் பலன் மிகுந்த பதிலைத் தருகிறது.

புதிய தரம் மிகுந்த கிளியரிசில் பருக்களை மட்டும் நீக்குவதில்லை. அவை பரவாமலும் தடுக்கிறது. ஏனென்றால் அது சிறப்பான ஆன்ட்டி-பாக்டீரியல் மருந்துக் கலவையைக் கொண்ட டிரைக்ளோசினைப் பெற்றது. டிரைக்ளோசினைக் கொண்ட புதிய தரமான கிளியரிசில், பருக்களை உண்டாக்கும் பாக்டீரியாக்களைத் தடுத்து, சருமத்தைப் புண்ணுறாது பாதுகாக்கிறது. அதனால் பருக்கள் பரவாது.

மிகச்சிறந்த பலனை புதிய தரமான கிளியரிசிலின் மூலம் எப்படிப் பெறுவது?

முதலில் முகத்தைக் கழுவுங்கள். பின்பு புதிய தரமான கிளியரிசிலை முகம் முழுவதும் தடவுங்கள். பருக்கள் உள்ள இடத்தில் கூடுதலாகத் தடவுங்கள்.

மிகச்சிறந்த பலனைப்பெற, புதிய தரமான கிளியரிசிலை தினமும் இரண்டு வேளைக்கு, காலையிலும், மாலையிலுமாக, குறிப்பிட்ட காலம் வரை உபயோகியுங்கள்.

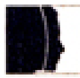
டிரைக்ளோசினுடன் இணைந்த புதிய தரமான கிளியரிசில் ஒப்பற்ற மூன்று வழிகளைக் கொண்டது.



பருக்களைத் திறக்கிறது:



பாக்டீரியாக்களை எதிர்க்கிறது:



பருக்களை உலரச் செய்கிறது:

புதிய தரமான கிளியரிசில் மிருதுவாக்குவதோடு, பருக்கள் காய்வதாலான கறுப்புத் தோலினையும் தளர்த்துகிறது.



மேலும் வேனிஷிங் மெடிகேஷனும் கிடைக்கும்.

OBM/3556 TAM

முடைய சுத்த ஜாதகம் தேவை. பெண் வேலையில் இருந்தாலும் இல்லாவிட்டாலும் பரவாயில்லை. உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண்: 1773

சென்னையில் டி. வி. எஸ். கம்பெனியில் வேலை பார்க்கும் என்ஜினியர், 34 மாநிறம், வருமானம் ரூபாய் 2500—. உள்ள, வன்னியகுல க்ஷத்திரியர் (செட்டி—நாயக்கர்) இன மணமகனுக்கு தொழில் செய்யும் படித்த மணமகள் தேவை. பெண்ணின் ஜாதகம் போட்டோவுடன் விவரமாக பதில் எழுதவும். பெட்டி எண்: 1774.

Alliance invited from fair, modest Karkatha Vellala Brides, below 27, for S.S.L.C. boy employed in an internationally reputed Madras Firm' on Rs. 1400-. p. m. Write with Horoscope. Box No: 1775.

கௌசிக கோத்திரம், பரணி நட்சத்திரம், வடமாள், பிராமணன், வயது 27, பி. காம் படித்த வங்கியில் மாதம் ரூ. 1400—. மாத வருமானம் உள்ள பையனுக்குப் பட்டதாரி சிவப்பும், அழகான, குடும்பப் பாங்கான மணமகள்தேவை. ஜாதகம், புகைப்படத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1776.

Alliance for noble charactered - young 28 energetc D. M. E. Monthly income Rs. 2000 with bright future - Sand-iya Vadamal - Karthika star - Girl should be goodlooking with pleasing personality - Home loving with gentle nature from a highly culured Orthodox family - preferred age 22 years - strictly unemployed - Graduate - Subsects no bar. Please send par;culars with Horoscope to Box No: 1777.

இந்து நாடார் வகுப்பைச் சேர்ந்த பையன். சிவப்பு நிறம், உயரம் 5.7. வயது 35, ஏரோநாட்டிகல் என்ஜினியர், சொந்தத் தொழில் மாத வருமானம் ரூ. 2000. வசதியுள்ளவர். அதே இனத்தைச் சேர்ந்த நல்ல முகலட்சணமும் நிறமும் உள்ள வேலை பார்க்கும் வசதியுள்ள மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 1778.

Alliance invited fom Iyer or Iyengar fair looking educated girls for a 36 years Thenkalai Iyengar boy (Kasyapa Gothram), 5' 8" Post Graduate. State Govt empoyee drawing Rs1000-. having landed Properties. Subsect no bar. simple marriage. Box No: 1779.

Wanted fair girl employed in thenationalised Bank/Central Government aged around 24 years. for handsome Hindu graduate lad employed in State Bank 26/155/1700. Intercaste parentage Horoscope and photo essential. Box No: 1780.

ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம். வடமாள் ஐயர், திருவாதிரை, வயது 27, படிப்பு பி. யூ. சி. உயரம் 5' 3". சென்னையில் உள்ள தனியார் கம்பெனியில் வேலை. சம்பளம் ரூ. 1200—. உள்ள மணமகனுக்கு பெண் தேவை. பெண் வேலையில் இருந்தால் நல்லது. பிரதசாரணம் ஏற்றுக் கொள்ளப்படும்.

பெண்ணின் ஜாதகம், போட்டோவுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1781.

Wanted educated, conservative, domestically trained, Brahmin bride from respectable family for fair, healthy, 169 cms tall, graduate, Vadakalai Iyengar boy aged 30, Kowsika Gothram, Poorattadhi, in own hered;tary business, Bangalore. Photograph required. Box No: 1782.

முதல் மனைவியும், இரண்டு குழந்தைகளும் உள்ள 38 வயது பலிஜ நாயுடு வாலிபருக்கு மணவாழ்க்கையைப் பாதிக்காத வகையில் வசதியான விதவை மற்றும் வேலையில் உள்ள பெண்ணுக்கு வாழ்வளிக்க விரும்புகிறார். புகைப்படத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். ஜாதி மத பேதம் இல்லை. பெட்டி எண்: 1783.

39 வயது புனர்பூசம் நட்சத்திரம், ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம் உள்ள பெண்ணுக்கு 41 அல்லது 42 வயதுள்ள பிள்ளையினுடைய ஜாதகங்களுக்கு விவரம் தெரிவிக்கவும். பெட்டி எண்: 1784.

Wanted Non-Srivatsa Vadama Iyer Goodlooking Tall Graduate Employed Bride for Graduate Boy, 29 years, Executive in Private Company in Madras. Please Apply to Box No 1785 with Photo if possble.

Alliance Invited from decently Empoyed Non-Athreya Groom for beautiful fair Complexion Vadama 23/170/Rs. 500-. Metric type writing, Shorthand Employed private firm Subsect no bar. Applydetail and Horoscope Box No: 1786

Wanted suitable decently employed Bride groom for Tamil Iyer Athreya Gothram Brahacharanam, Aswini star, 34 years, 5-1. height, fair, goodlooking Postgraduate employed girl Central government saary Rupees 900-. Horoscope details photo Box No:1787.

மணமகள் தேவை

செங்குந்த முதலியார் அசைவம் 25 வயது, பி. யூ. சி. தேறிய 5'–1'' உயரம், செவ்வாய் தோஷமுள்ள நல்ல அழகான குடும்பப் பெண்ணிற்கு மணமகன் தேவை. ஜாதகம் குடும்ப வபரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். ம. ஆர். ரமணி, 16, சீனிவாச வீதி, ஈரோடு, 638 002.

சென்னை, பத்மவேலமா நாயுடு எஸ்.எஸ்.எல்.சி 5' 1'' மாநிறம், SLIM, குடும்ப நிர்வாகத்திலமிகவும் தேர்ச்சியான அழகான 24 வயது பெண்ணுக்கு சென்னை சுற்றுப்புறங்களில், தென்னூர்காடு மாவட்டத்தில் மத்திய அரசு, தமிழக அரசு, பிரபல தனியார் நிறுவனங்களில் கௌரவமான வகையில் பணிபுரியும் வரன் தேவை. காஜுலு பலிஜா, கவரா நாயுடு வகைகளும் ஏற்றுக் கொள்ளப்படும். பெட்டி எண்: 1788.

உத்திரப்பிரதேசத்தில் ஆயுள் இன்சூரன்ஸில் வேலை பார்க்கும் தமிழ் அய்யர் கௌசிககோத்தி

ரம் வயது 26, உயரம் 150 செ.மீ. உள்ள பெண்ணுக்கு நல்ல வேலையிலுள்ள தகுந்த மணமகன் தேவை. விரைவில் விவாகம், முழு விவரத்துடன் உடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 1789.

Alliance for Srivatsa Gothram, Vadama Brahmin Girl, 25. Star - Sathayam, Type writing, Shorthand qualified Goodlooking, well domestically trained Sub-sects no bar. Apply with Horoscope Box No: 1790.

For Keralite Vadama Iyer girl, Kousika Gothram, 23/165, MBA, dosha-jathakam, employed in Madras, wanted well placed groom, any sect, around 30, anywhere India, atleast Ist Class graduate. Keralites preferred. Box No: 1791.

சென்னை செங்குந்தர், குடும்பப்பாங்கான அழகான, ஒல்லியான, டைப் ரைட்டிங்கும், ஷார்ட் ஹாண்டும் படித்த 30 வயது பெண்ணுக்கு (5' 1'') அதே இனத்தில் சென்னை, சுற்றுபுறங்களில் அரசு பணியிலுள்ள வரன் தேவை. சொந்தத் தொழில், வியாபாரம், பிரபல கம்பெனியில் பணிபுரியும், விவசாயம் செய்யும் வரனும் ஏற்றுக் கொள்ளப்படும். முதலியார் உட்பிரிவுகளும் சம்மதம். பெட்டி எண்: 1792.

கார்காத்த சைவப் பிள்ளைமார், 27 வயது, பி. ஏ., மாநிறம். அழகும் குணமும் நல்ல குடும்பப் பின்னணியும் கொண்ட பெண்ணுக்கு நல்ல வேலையில் இருக்கும் மணமகன் தேவை. (உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஆனால் சைவமாக இருக்க வேண்டும்.) விரைவில் திருமணம். பெட்டி எணு: 1793.

பத்மசாலிய செட்டியார் வகுப்பு மிருகசீரிஷம் 29 வயது எம். ஏ. எம். ஹெச் எட்., தனியார் பள்ளி ஆசிரியை ரூ. 1000 வருமானமும் 1 ம் 45 உயரமும் தாய் தந்தையும் உள்ள பெண்ணிற்கு அதே வகுப்பில் நிரந்தர வேலையில் உள்ள உயர் பட்டதாரி அல்லது பட்டதாரி வரன் தேவை. பெட்டி எண்: 1794.

செங்குந்த முதலியார் வகுப்பைச் சார்ந்த வயது 21, உயரம் 5.2, மாநிறமாக உள்ள வசதி உடைய பட்டதாரி பெண்ணுக்கு. அதே வகுப்பைச் சார்ந்த படித்த நல்ல வேலையில் உள்ள மாப்பிள்ளை தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1795.

அரசாங்க நல்ல உத்தியோகம் – மாதம் ரூ.850–. சம்பளம் செங்குந்த முதலியார் நடுத்தரக் குடும்பம் சொந்த ஊர் மாயவரம், வயது 27, சிவப்புநிறம் 5' 1'' அழகும் நற்குணங்களும் நிறைந்த பெண்ணிற்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த உத்தியோகத்தில் இருக்கும் நகை வரதட்சிணை எதிர்பார்க்காத மணமகன் தேவை. குடும்ப விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1796.

Alliance invited from Iyengar/Iyer grooms for Vathoola Gothram Iyengar Girl, forty three yerrs, Teacher. Apply to Mr. T. Durai Swamy, 1, Nallanna Pillai Street No. 2, Kosapet, Vellore-632 001.

Alliance invited from decently Employed purely Vegetarian Pillai/Chettiar Boy for 25 years, fair, M. A., B. Ed., Saiva Chettiar Girl. Apply with fu details and Photo To Box No: 1797.

இந்து மறவர், வயது 26, உயரம் 147 செ.மீ. அன்பு, அடக்கம், அழகுடன், குடும்பப்பாங்கான பட்டதாரிப் பெண்ணுக்கு, சுமார் 30 வயதுள்ள நிரந்தரப் பணியிலுள்ள பண்புள்ள பட்டதாரி மணமகன் தேவை. பிற்பட்ட வகுப்பின் எப்பிரிவும் சம்மதம். பெட்டி எண்: 1798.

செங்குந்தர், வயது 28, சிவப்பு நிறம், நல்ல அழகு, பட்டதாரி, நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவர் பல்கலைக்கழக பணியில் மாதம் ரூ. 950–. பெறும் இளைஞருக்கு அழகான படித்த வசதியுள்ள பெண் தேவை. ஜாதகம், புகைப்படம் முழு விபரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். சைவப் பிள்ளையும் ஏற்றுக் கொள்ளப்படும். பெட்டி எண்: 1799.

நைத்ருவ காச்யப கோத்திரம், வடகலை, ஐயங்கார், புஷ்யமி நட்சத்திரம் (பூசம்) வயது 31, பெண்கள் உயர்நிலைப்பள்ளியில் ஆசிரியையாகப் பணியாற்றும், நல்ல நிறமும், குணமும் கொண்ட பெண்ணிற்கு 36 வயதிற்குள் நிரந்தரமான உத்தியோகத்தில் இருக்கும் வரன் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். தென் கலையாயிருந்தாலும் பாதகமில்லை. பெட்டி எண்: 1800

ஐயர், வடமாள், கூடமர்ஷணம் அஸ்வினி, 5' 3'' சிவப்பு ப்ளஸ்2 ஹையர் டைப் பாஸ் செய்து வேலையில்லாத பெண்ணுக்கு, அரசு, வங்கி நல்ல கம்பெனி ஊழியர் மணமகன் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம், ஜாதக விபரங்கள் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1801.

வடமாள், காஸ்யபம் தமிழ் ஸ்மார்த்த பிராமணாள் வடாற்காடு 5'–2'' தனியார் துறை சம்பளம் 400–. மணமகளுக்கு அரசாங்க தனியார் துறை கம்பெனி, பேக்டரியில் நிரந்தர வேலையிலுள்ள 33–44 வயது பிராமண மணமகன் தேவை. குழந்தைகள் இல்லாத இரண்டாம் கலியாண மானாலும் சம்மதம். குடும்ப விபரத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 1802.

Wanted suitable match for Iyer Girl 23, M. Com, CAIIBI Smart only Daughter Employed in Nationalised Bank Non-Koundinya Iyer Bor well éducated Officer Bank/LIC/Engineer Homeloving 28/30. Maharashtra based preferred less Encumbrance. No Dowry. Box No: 1803.

Wanted alliance from well-established Post graduates/Engineers for Athreya Thenkalai Iyengzr Bride, 36 years, 5' 5''. Central Govt. Employee (1500 Rs.), Moolam-1 Patham Apply with horoscopes / Biodata to Box No: 1804.

Alliance invited for Karkathar girl, 24, 145 cms, slim, beautiful, P.U.C., domestically trained from employed karkathar youth decent marriage. Box No: 1805.

வடகலை ஐயங்கார், ஆத்ரேய கோத்திரம், நட்சத்திரம், மகம், வயது 28, பி. யு. சி., டைப்ரைட்டிங், தையல் ஆகியவற்றில் தேர்ச்சி பெற்றவள். கௌரவமான குடும்பத்தில் குரோம்பேட்டையில் வசிக்கும், சிவசிகைகள் அதிகமாக

செய்யக் கூடிய அழகான, குடும்பப்பாங்கான மணமகளுக்கு நல்ல படிப்பும், நல்ல உத்தி உத்தியோகத்திலுமுள்ள மணமகன் தேவை. தென்கலை ஐயங்காரும் ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண்: 1806.

Non-Kousika tall handsome Kerala or Thirunelveli Bridegroom good family under 31, decently employed in Madras for Life Insurance employed Vadama 26/160 cms, Kettai Girl, smart fair simple marriage widowers Acceptable. Box No: 1807

வடகலை ஐயங்கார் ஸ்ரீ வத்ஸ கோத்திரம், உத்திரட்டாதி, வயது 20, 5' 1'' பி. ஏ. எஜுகேஷன் ஹானர்ஸ், முதல் வகுப்பு பெஸ்ட் ஸ்டூடண்ட் ஹிந்தி, ஒரியா, தமிழ், ஆங்கிலம், சமஸ்கிருதம் தெரிந்த தெரிந்த நல்ல குணமும் அழகும் உள்ள ஒரே பெண்ணுக்கு நல்ல வேலையிலுள்ள பட்டதாரி வரன் தேவை. போட்டோ ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1808.

கௌசிக கோத்திரம், உத்திராட நட்சத்திரம், எஸ். எஸ். எல். சி. படித்த, 31 வயது, உயரம் 4' 10'', அழகான குடும்பப் பாங்குள்ள, அச்சுக் கோத்தல், டைப்-ரைட்டிங் லோயர் படித்துள்ள பெண்ணிற்கு, 35-லிருந்து 37 வயதிற்குட்பட்ட நல்ல உத்தியோகத்திலிருக்கிற, படித்த, பரந்த மனப்பான்மையுள்ள மணமகன் தேவை. ரெட்டியார், நாயுடு, பிராமண வகுப்பைச் சேர்ந்தவர் மட்டுமே விண்ணப்பிக்கவும். எளிய முறையில் திருமணம் செய்ய போட்டோ ஜாதகம் விவரங்களுடன் எழுதவும். பெட்டி எண்: 1809.

பிரஹசரணம், கௌதம கோத்திரம், வயது 27, திருவோணம், எஸ். எஸ். எல். சி., படித்த டெய்லரிங் பாஸ் செய்துள்ள, கைவேலைகள் நன்கு தெரிந்த குடும்பப் பாங்கான பெண்ணுக்கு, நல்ல உத்தியோகத்தில் இருக்கும் வரன் தேவை. ஸ்மார்த்த உட்பிரிவுகள் சம்மதம். முழு விபரங்களுடனும் ஜாதகத்துடனும் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1810.

வன்னியகுல க்ஷத்திரியர் (ரெட்டி-நாயக்கர்) இன மணமகள், 27, மாநிறம், பி. காம்., தமிழக அரசு பணியில் உள்ளவர், நந்தராக்குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவருக்கு மணமகன் தேவை. மணமகனின் ஜாதகம், புகைப்படத்துடன் எழுதவும். பெட்டி எண்: 1811.

Matrimonial alliance invited from parents of goodlooikng Engineers/Doctors/ Bank Officers/IAS Officers / Business Executives of Nair or Menon community preferably belonging to Palghat Dist. for a beautiful Graduate Nair girl settled in Tamilnadu Aged 21, only daughter of a well to do Businessman - Correspond with Horoscope to Box No: 1812.

Alliance on Mental proposition from well placed grooms with fair - Bank Employed- Engineer - Vadama - Tanjorean - for Sandilya Gothram - Graduate - Slim - Goodlooking- 24 years / 155 - Subsect no bar. Box No: 1813

Alliance invited from employed Brahmin Iyer or Iyengar boys for a Thenkalai Iyengar Kasipa Gothram girl age 30, B. A., Partner in a small Chemical Industry Subsect no bar. Apply with full details. Box No: 1814.

32 வயது, குடும்பப்பாங்கான அழகு, பொறுமையும், நற்பண்புகளும் நிறைந்த, குடும்பத்தை நன்கு பொறுப்பாக நிர்வகிக்கும் திறமையுள்ள செங்குந்த முதலியார் பெண்ணிற்கு மணமகன் தேவை. வரதட்சிணை விரும்பாத இரண்டாம்தார வரன்களும் இதர வகுப்பினரும் முழு விபரத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1815.

கவரா நாயுடு — பி. யூ. சி. படித்துள்ள நடுத்தர வகுப்பு குடும்பப் பெண் — வயது 25 — அரசாங்க வேலையில் இருக்கிறார். 7 வயதில் இருதய அறுவை சிகிச்சை நடைபெற்றுத் தற்போது நல்ல ஆரோக்கியத்துடன் இருக்கிறாள். கவராநாயுடு அல்லது இதர நாயுடு வகுப்பினைச் சேர்ந்த அரசாங்க வேலையில் உள்ள மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 1816.

Wanted bridegroom preferably Doctor Engineer, Postgraduate employed for Vadama, Bharadwaja Swathi 26-165 cms tall, slim, beautiful B.A.B.Ed., employed well trained in domestic affair. App y with biodata and horoscope to box No: 1817.

பம்பாயில் வசிக்கும் தமிழ் பிராமணகுல, உத்தியோகத்தில் உள்ள பட்டதாரி விதவை (35) -ஒரு மகன் (11) ஒரு மகள் (9) — உடையவருக்கு பரந்த நோக்குள்ள நல்ல வேலையில் உள்ள துணைவர் தேவை. தாரமிழந்தவர், பம்பாய்வாசி மேலானது. பெட்டி எண்: 1818.

திருவோண நட்சத்திரம், வயது 24, 5 அடி உயரம் ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம் — தெலுங்கு பிராமணர் — கோனசீமி நாடு பிரிவைச் சேர்ந்த எஸ். எஸ். எல். சி. வரை படித்த அழகுள்ள குடும்பப் பாங்கான பெண்ணிற்கு வரதட்சிணை எதிர்பார்க்காத மணமகன் தேவை. ஆடம்பரமற்ற விவாகம் செய்து தரப்படும். ஜாதகம், குடும்ப விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1819.

ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், வடமாள், திருவாதிரை எஸ். எஸ். எல். சி., நன்றாகச் சமையல், தையல் வீட்டு நிர்வாகம் தெரிந்த 28 வயதுடைய காது கேளாத ஊமைப் பெண்ணுக்கு நல்ல குணம், கருணை உள்ளம் கொண்ட படித்த நிரந்தர வருமானம் கொண்ட மணமகன் தேவை. கோவிலில் வைத்துத் திருமணம் நடத்தித்தரப் படும். வரதட்சிணை கொடுக்க வசதியில்லை. இதேமாதிரி குறையுள்ள வேலை பார்க்கும் ஊமைப் பையனுக்கும் அல்லது இரண்டாந்தாரமாக இருந்தாலும் பரவாயில்லை. கடைசி வரைக்கும் வைத்துக் காப்பாற்ற வேண்டும். போட்டோவுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1820.

மணமகள் / மணமகன்

தெலுங்கு பிராமணர் வெல்நாடு கௌதம கோத்திரம் வயது 25, வயது ஆயில்யம் (எஸ்.எஸ். எல். சி. வேலையில்லை) பெண்ணுக்கு அரசு பொதுத்துறை வேலையிலுள்ள பையன் தேவை. நல்லபடியான கல்யாணம். பெண்ணின் அண்ணன் பி. காம், சி. ஏ ஐ ஐ பி அரசு வங்கியில் வேலை வயது 30, மாதம் ரூ. 2100-. பெண் கொடுத்து எடுக்கவும் சம்மதம். உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 1821.

Edited, Printed and Published by V. Murali on behalf of Messrs Bharathan Publications Private Limited, at the Bharathan Press, Race Course Road, Guindy, Madras-600 032. (Phone: 431543)
Assistant Editor: Manjula Ramesh.

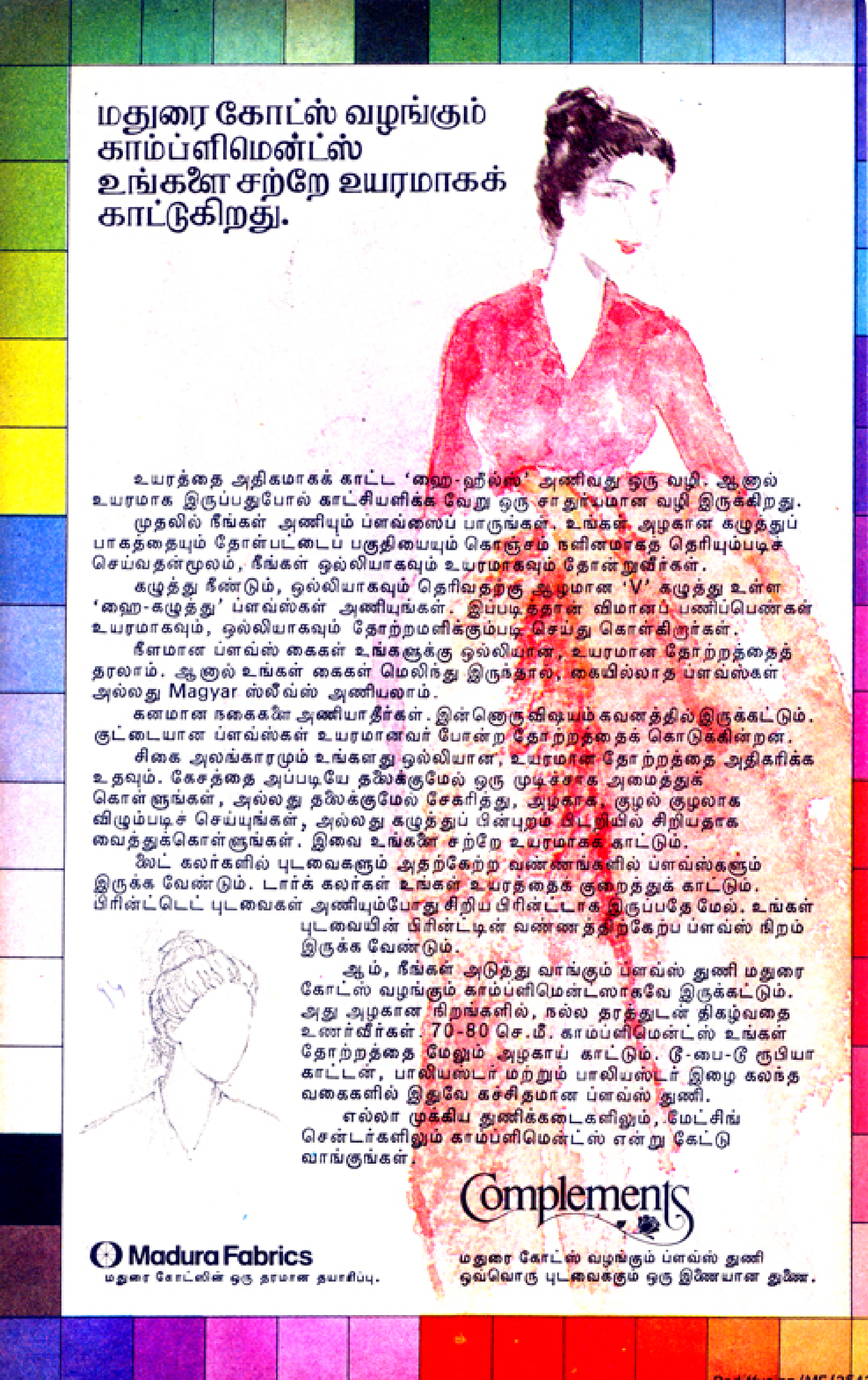








காந்தமென அலங்காரம்
கவர்ந்திழுக்க
சாந்தமுள்ள பொட்டிடுவீர் நெற்றியிலே.
இப்புதிய
பேக்கிலே
காணுங்கள்
இவள்
முகத்தை!
கவிபாடுதே உங்கள்
கண்கள்... கவர்ச்சி காட்டுதே
ரோஜா இதழ்கள். கட்டழகு
மலருதே. நெற்றி கொண்ட
சிங்கார் குங்குமத்தால்.
சிங்கார்... உன்னத
பொருட்களால் உருவானது.
உங்கள் உள்ள நிலைக்கும்
உடை அழகுக்கும் ஏற்ற
வண்ணங்களிலே.
சிங்கார்
குங்கும
—இந்திய
அழகுதிலகம்.


மதுரை கோட்ஸ் வழங்கும் காம்ப்ளிமென்ட்ஸ் உங்களை சற்றே உயரமாகக் காட்டுகிறது.
உயரத்தை அதிகமாகக் காட்ட 'ஹை-ஹீல்ஸ்' அணிவது ஒரு வழி. ஆனால் உயரமாக இருப்பதுபோல் காட்சியளிக்க வேறு ஒரு சாதுர்யமான வழி இருக்கிறது.
முதலில் நீங்கள் அணியும் ப்ளவ்ஸைப் பாருங்கள். உங்கள் அழகான கழுத்துப் பாகத்தையும் தோள்பட்டைப் பகுதியையும் கொஞ்சம் நளினமாகத் தெரியும்படிச் செய்வதன்மூலம், நீங்கள் ஒல்லியாகவும் உயரமாகவும் தோன்றுவீர்கள்.
கழுத்து நீண்டும், ஒல்லியாகவும் தெரிவதற்கு ஆழமான 'V' கழுத்து உள்ள 'ஹை-கழுத்து' ப்ளவ்ஸ்கள் அணியுங்கள். இப்படித்தான் விமானப் பணிப்பெண்கள் உயரமாகவும், ஒல்லியாகவும் தோற்றமளிக்கும்படி செய்து கொள்கிறார்கள்.
நீளமான ப்ளவ்ஸ் கைகள் உங்களுக்கு ஒல்லியான, உயரமான தோற்றத்தைத் தரலாம். ஆனால் உங்கள் கைகள் மெலிந்து இருந்தால், கையில்லாத ப்ளவ்ஸ்கள் அல்லது Magyar ஸ்லீவ்ஸ் அணியலாம்.
கனமான நகைகளை அணியாதீர்கள். இன்னொரு விஷயம் கவனத்தில் இருக்கட்டும். குட்டையான ப்ளவ்ஸ்கள் உயரமானவர் போன்ற தோற்றத்தைக் கொடுக்கின்றன.
சிகை அலங்காரமும் உங்களது ஒல்லியான, உயரமான தோற்றத்தை அதிகரிக்க உதவும். கேசத்தை அப்படியே தலைக்குமேல் ஒரு முடிச்சாக அமைத்துக் கொள்ளுங்கள், அல்லது தலைக்குமேல் சேகரித்து, அழகாக, குழல் குழலாக விழும்படிச் செய்யுங்கள், அல்லது கழுத்துப் பின்புறம் பிடரியில் சிறியதாக வைத்துக்கொள்ளுங்கள். இவை உங்களை சற்றே உயரமாகக் காட்டும்.
லைட் கலர்களில் புடவைகளும் அதற்கேற்ற வண்ணங்களில் ப்ளவ்ஸ்களும் இருக்க வேண்டும். டார்க் கலர்கள் உங்கள் உயரத்தைக் குறைத்துக் காட்டும். பிரின்ட்டெட் புடவைகள் அணியும்போது சிறிய பிரின்ட்டாக இருப்பதே மேல். உங்கள் புடவையின் பிரின்ட்டின் வண்ணத்திற்கேற்ப ப்ளவ்ஸ் நிறம் இருக்க வேண்டும்.
ஆம், நீங்கள் அடுத்து வாங்கும் ப்ளவ்ஸ் துணி மதுரை கோட்ஸ் வழங்கும் காம்ப்ளிமென்ட்ஸாகவே இருக்கட்டும். அது அழகான நிறங்களில், நல்ல தரத்துடன் திகழ்வதை உணர்வீர்கள். 70-80 செ.மீ. காம்ப்ளிமென்ட்ஸ் உங்கள் தோற்றத்தை மேலும் அழகாய் காட்டும். டூ-பை-டூ ரூபியா காட்டன், பாலியஸ்டர் மற்றும் பாலியஸ்டர் இழை கலந்த வகைகளில் இதுவே கச்சிதமான ப்ளவ்ஸ் துணி.
எல்லா முக்கிய துணிக்கடைகளிலும், மேட்சிங் சென்டர்களிலும் காம்ப்ளிமென்ட்ஸ் என்று கேட்டு வாங்குங்கள்.
Complements
மதுரை கோட்ஸ் வழங்கும் ப்ளவ்ஸ் துணி
ஒவ்வொரு புடவைக்கும் ஒரு இணையான துணை.
Madura Fabrics
மதுரை கோட்ஸின் ஒரு தரமான தயாரிப்பு.



Registered as a N



பாப்பாவின் பச்சிளம் சருமத்தில் முத்தமிடுதல்போல் மென்மையான

ஜான்ஸன்ஸ் பேபி சோப்—
பாப்பாவின் சிறிய உலகின் சில
சிறந்த பொருட்களில் ஒன்றாகும்.
பாப்பா மீதான உங்கள் ஸ்பரிச
மென்மையும் பாசமும்
போன்றதாகும் ஜான்ஸன்ஸ்
பேபி சோப்பில் உள்ள லனோலின்.
மென்மை மணம் வழங்குகிறது
ஜான்ஸன்ஸ் பேபி சோப்—
நாளெல்லாம் குழந்தைக்கு
நறுமணம் தருகிறது.



ஜான்ஸன்ஸ் பேபி சோப்
தாய்மையானது, மென்மையானது,
பாதுகாப்பானது

Johnson & Johnson